目录

《大圆满心性休息》讲记

第二十课

思考题：

【知识类】

1、请分别说明，识是如何积业而形成三界的？三界中分别以何识为主？

2、请按照阶段说明，何为阿赖耶、阿赖耶识、五根识、意识、染污意识。

3、请说明欲界各识的融入和起现方式。

【修行类】

1、结合本课流转三界的道理，说明在闻思和修行中容易出现哪些歧途？如何才能避免？

【生活类】

1、如何以阿赖耶说明前后世、业果的存在？

2、科学界对心识研究的程度如何？对此你还有哪些认识？

现在我们讲《大圆满心性休息》。前面讲了人身难得、寿命无常、轮回过患三个方面，现在正在讲业因果的道理。

- 劝阻闻法是魔语

通过闻思，我们才会明白这些道理。比如前面讲的业力，它存在于何处呢？存在于阿赖耶上。阿赖耶是什么样的呢？它的本体是一种心识，但并非

我们现在的分别念和无分别念的状态，而是一种特殊的心识。这些道理，我们通过闻法才会明白。

如今末法时代，有些人经常破坏听闻佛法的大事，跟别人说："听佛法没有什么，不要学得太多，不然分别念越来越多了。你好好实修就可以，不要去听课。"其实这是一种魔语——魔王波旬入于你的心，你就会说出这些话。

现在有些道场不重视闻法，只重视修法，但这样很有可能盲修瞎炼。因为如果没有很好地听课，就根本不知道怎么修、怎么行持。其实，这种行为是魔众非常欢喜的。

有一部经典叫做《集一切福德三昧经》，其中讲到，魔众最欢喜的就是人们不行持善法。如果有人听闻佛法，魔宫会显现隐没，魔众也会恐慌不安。为什么会这样呢？佛经当中讲得很清楚：人们听了法以后就会了知取舍，了知取舍后就会修行，修行之后自相续就会生起正见，然后他就会变成一个正修者。这时成千上万的魔众就无机可乘，无法再对他进行危害[1]。所以，魔众最害怕的就是有人听正法。

---

[1] 《集一切福德三昧经》：善男子，若有菩萨修多闻时，一切魔宫皆悉闇蔽。三千大千世界魔王皆悉忧恼，作如是言："是人今者，胜过我等！"其余魔天，各作是言："是人降伏于我等主！我等一切悉属是人。"何以故？善男子，由是菩萨集多闻慧，能寂结使；以无结使，魔不得便。已有多闻，则能分别；既能分别，则能修行；已能修行，魔不得便。修多闻者，远离邪见，得住正见；已能正住，魔不得便，则能正修；已能正修，能分别义，离诸非义，便能正度义及非义。善男子，以是缘故，应如是知。善男子，菩萨修集是多闻时，除四种魔，所谓阴魔、烦恼魔、死魔、天魔。

现在，汉地也有个别居士不重视闻法，经常说：“现在好好修就可以，我上师非常提倡修行。”可你不知道怎么修，如果真正懂得修行方法倒是可以的。像我听了那么多堂课，现在要修的话，确实还是有很多问题。

其实人生当中，应该以学习为主，同时也要修行，这是比较正确的。如果连听都没有听，自己就去修，恐怕是很危险的，这样魔王波旬也会非常高兴。很多人每天都闭着眼睛打坐，而没有以正知正见摄持，这样修很有可能成为无色界或色界之因。

以后，不管是居士还是出家人，如果自己在学法方面实在无能为力——不想学或者没有机会学，那你自己不学也是可以的；但是，你最好不要劝别人放弃听法，不要去干扰、阻碍他人，耽误他人闻思修行的时间。

很多人应该把我今天讲的这些话好好记在心里。以后，你自己实在不想听课的话，你就不要听，这是可以的。以前法王如意宝也讲过：如果有些人想离开学院，你自己离开是可以的，但是，别人正在听课的时候，你千万不要去影响他，除非你确实生病了，可以请人帮助，戒律里面也是允许的。

《毗奈耶经》中说，如果僧众当中有人病了，个别人放下自己的闻思修行去帮助病人是可以的。除此之外，你自己不愿意在闻思修行的道场当中待下去，而其他人愿意待，你要把他带走的话，那真是着魔了。

“着魔”不一定是有些人想象的那样，说各种非理的话，到处裸体奔跑，其实这跟真正的着魔相比，不是很严重的。现在国外很多出名的演员都喜欢裸体表演，但他们并不一定着魔了，他们自己也不认为自己着魔了。

真正的着魔，是别人行持善法的时候，你却以一种相似的语言来劝阻：“这样闻思是没有必要的，我们现在要建立一个实修的道场。”其实我也知道，“实修的道场”就是个别人所谓的“闭关中心”“禅修中心”，是一群非常懒惰的人集聚在一起天天吃吃喝喝的地方。

你们看看别人是怎么闻思的，你们自己是怎么做的？这一点，个别人应该可以反过来想想。别人是怎么利用时间修行的，你们是怎么利用这个时间的？你外在的名称是取得很好，实际上内在是怎么做的？我们大家都是有目共睹的。

所以我希望，以后在佛教团体当中，不要传扬一些对真正闻思修行的人起障碍的话。我并不是担心你们说几句话之后，我讲课就没有人听了。你再怎么说，宣传力度也是有限的，不一定能超越千山万水影响很多人。但是你要知道，我刚才提到的《集一切福德三昧经》中是怎么讲的，你们也可以自己看一下。

今天讲识积业之方式——业是怎样积存在心识上的。

粗念善恶欲界因，习气依于阿赖耶，

无念明现色界因，无念一缘无色因，

轮回自性二客尘，一切时分依此障。

三界即欲界、色界、无色界。三界当中的业全部依存于阿赖耶上。其实，阿赖耶学说可以对前后世的存在提供非常好的依据。

“粗念善恶欲界因，习气依于阿赖耶，”比较粗大的善恶业存在阿赖耶上面，将来成熟以后，众生就转生欲界，包括地狱界、饿鬼界、旁生界还有我们人间。

“无念明现色界因，”我们平时在入于禅定中时，有一种没有任何念头的，但是比较明显的明分，这样一种意念的习气也是存在阿赖耶上面。

关于这一点，上节课提到的《如意宝藏论》中讲，三界的业分别积存在不同的识上面。但《大车疏》的颂词和讲义中，对此分得不是很清楚，只是说三界的业都存在阿赖耶上面，归根结底可以这么讲。

这种无念的心识习气积于阿赖耶上，成为色界之因。大家都知道，色界四禅天中的每一禅天都有不同分类，总共有十七个色界天。

“无念一缘无色因，”没有任何念头地一缘专注是无色界之因。无色界包括空无边处天、识无边处天、无所有处天、非想非非想处天。

我们在禅修时如果一直安住于明分当中，就很容易成为色界之因。如果安住于无念的一缘专注当中，就容易成为无色界之因，比如想“一切都是心

识”——与唯识宗的个别观点基本相同，这样就容易转生识无边处；如果经常一缘专注于“一切都没有”的念头，就很有可能转生无所有处；如果一直想“一切都像虚空一样”，就容易转生空无边处；如果专注于“既非有、也非无，既不是是、也不是非”的想法，就很有可能转生非想非非想处天。

所以，禅修需要引导。如果你没有引导的话，很有可能修行不能真正成为解脱之因。

“轮回自性二客尘，一切时分依此障。”三界轮回的自性是所知障和烦恼障之二障客尘，它在一切时分都障碍着我们的解脱。

由此可知，欲界、色界、无色界的习气全部依存于阿赖耶上，一旦因缘成熟，以前造过的业都可以逐渐现前。

- **怒气之中勿发恶愿**

汉地有一部比较出名的典籍叫做《宗镜录》，其中有一个公案。一位仙人获得了神通，可以自由自在地飞行。他有一位施主是大国王，因此他经常到王宫接受供养。每次供养完，国王都会按照惯例做一些仪式，之后仙人再依靠神通飞回修行的地方。

有一次，国王因为外面有其他的事，就让他的公主来承侍仙人。跟以前一样，仙人先从自己的修行处飞到了王宫。应供完了以后，公主就按照国王所做的一切对他进行承侍。最后公主的手接触他身体的时候，因为这个仙人当时还没有断除贪欲的种

子，就产生了一种贪念。因为这个染心，他的神通就消失了，不能飞了。

但是他不好意思直接说，就说："我这次要走路回去。以前我飞回去，只能跟王宫里的人和极少数众生结上缘而已，这次我要跟一路上的很多老百姓结上善缘。"然后他就不得不走路回去了。

回去以后，他很后悔，就到一座寂静山里修行。可是修行的时候，树林里有很多鸟"唧唧"地叫，影响了他的禅定，他生起了很大的厌烦心，于是离开森林前往河边。到了河边，又听到很多鱼在河里不停跳跃。于是他就发了一个恶愿：这些众生干扰我的修行，我以后要变成既可以爬树，也可以潜水的飞狸，把它们全部吃掉。

后来他不断修行，因为修得比较成功而恢复了神通。神通恢复之后再不断修行，最后以禅定力转生到了无色界的非非想天，在那里安住的时间长达八万劫。后来，因为他的阿赖耶上有"变成飞狸"的恶愿种子，所以，当他从非非想天转生人间的时候，就直接变成了飞狸，既吃鱼，又吃树上的飞禽，造了很多恶业。

佛陀在佛经中讲，虽然他暂时压服了烦恼而转生非非想天，但是因为没有断除烦恼种子，最后还是堕入了三恶趣。

从这个故事当中，我们可以得到什么启发呢？一是他行持的善法在阿赖耶的本体上可以储存，所以他退失的修行又得以恢复，并直接转生无色界。无色界属于善趣，也是比较好的地方。二是因为他

当时发了恶愿，所以又堕入了恶趣。

人在一气之下很容易发恶愿。比如有些修行人正在专注地背书，旁边有人开始说一些很无聊的闲话，你就会很想揍他；或者，当你在生活中跟某个人发生了什么事情，你可能很想把他杀掉或吃掉。有个人曾跟我说，他跟家人吵架的时候，经常看她的脖子，很想把她捏死。好可怕！

所以，如果发了这种恶愿，它会一下子积在阿赖耶上，多年以后才会有因缘发生。

- **阿赖耶——解开业力之谜**

其实这种事情在人间也是可以见到的。

比如，一个人年轻时杀了人，然后到别的国家去改头换面，好像就一点事情都没有了。但是二十年以后，之前的事情还是被发现了，于是被抓并判处死刑。像这种情况，他的罪业应该是一直存在他的阿赖耶上面，不然的话，他的身上也没有，衣服上也没有，肉体上也根本没有。

再比如，本·拉登炸了美国的五角大楼以后，过了十年才被抓到。十年间，他隐藏在其他国家，别人根本看不出他曾干过那样的坏事。那这种罪业到底是存积在何处了呢？在拉登的眼睛上、胡子上，还是头发上？在哪里都找不到，应该是在他的阿赖耶上。

由此可以想到，虽然人们看起来好像是一样的，但是每个人阿赖耶上的种子却是不同的。一旦因缘具足，就会有很多好的和不好的种子成熟。这

就是佛陀所讲的“业力不可思议”，对此凡夫人确实很难想象。

佛陀在《大乘密严经》中讲，阿赖耶非常甚深，凡夫愚痴者无法明了它的意义[2]。所以我们怎么样去观察，也很难理解业的所依和业的存在方式；但是当我们的智慧跟佛陀的教言相结合的时候，还是会有一种想象的空间——“噢，应该可以这样说吧！”

有些人好像很顺利，但是突然之间，你年轻时做过的有些事情就爆发了。或者，你这辈子根本没有做过的事情却一定要你来承担，其他任何人也没办法代替。这个时候我们要想到：虽然我这辈子没有做过这方面的事情，但我的阿赖耶上应该有这样的种子。

善恶业的发生都是这样。有些人非常贫穷，但是因为某种特殊的因缘而一夜暴富，成为世界闻名的富人。可并不是每个人都能这样发财，这是为什么？还有些人本来过得很好，突然就被无缘无故地关进监狱，甚至被判死刑等。

特别希望大家多翻阅一下《如来藏经》等有关阿赖耶方面的经论，这样就会逐渐明白，人除了肉身以外，原来还有心识。而且通过藏传佛教中的逐步分析，你会明白，原来世间所发生的事情都是有因缘的。

不仅以前的情况是这样，将来也是这样的。因

[2] 《大乘密严经》：“赖耶虽变现，体性恒甚深，于诸无知人，悉不能觉了。”

此，我们作为一个人，应该为自己的将来着想。像牛、马等动物每天只知道吃草、喝水，对于明天以后的计划和理想都是没有的。但我们不是动物而是人，不仅要对今生有规划，更应该对长远的来世做规划，这非常有意义。

戊三、宣说识位：

心识无念悠然时，不执显现之外境，

一缘阿赖耶分位，明现然不执著彼，

阿赖耶识明清稳，破立二取五根境，

七聚笼统分别境，此等称为七识聚。

这里分析识的不同阶段，在哪个阶段叫阿赖耶、哪个阶段叫阿赖耶识等。

“心识无念悠然时，不执显现之外境，一缘阿赖耶分位，”当心识没有任何念头、本体悠然安住时，它没有动摇，不执著外在的显现，这就是一缘安住的阿赖耶的阶段。

“明现然不执著彼，阿赖耶识明清稳，破立二取五根境，”刚才不执著外现的是阿赖耶，此处讲，虽然是明现的，但是不去执著外在这种显现的识有两种：一种是非常稳固的阿赖耶识的阶段——有明清的显现，但没有去执著；二是五根识的阶段——既是明清的，又显现五根各自的对境。

此后，又是明清的，又缘对境产生执著的阶段叫意识；不仅缘对境执著，而且在此基础上进行观察、破立的阶段叫做染污意识。

“七聚笼统分别境，此等称为七识聚。”这就是识的几个不同阶段，整体称为七聚识。

- **小结：各阶段之识**

通过这次学习《心性休息》，大家应该会分析阿赖耶识与阿赖耶、五根识等的差别。

阿赖耶：前面讲了，阿赖耶是没有分别、很稳固、一缘安住、非常广大的一种心识。

阿赖耶识：阿赖耶识虽然显现外境，但不偏于任何一个对境，是心识中非常明清的部分；阿赖耶识的本体非常稳固，不像六根识一样一会儿就灭了，一会儿就没有了，只要有心识的时候，其明清部分就一直不灭，一直存在。这是阿赖耶识的阶段。

五根识：显现外在色声香味触五种不同对境的识叫作五根识，即眼识、耳识、鼻识、舌识、身识。

意识：五种根识取境之后，产生“这是白色的柱子，这是红色的柱子，这是好听的声音，这是不好听的声音”等念头，对所取境这样分别的就是意识。

染污意识：了知对境是白色之后，认为这个白色很可爱而产生贪心，或者认为其很可恶而产生嗔恨心。此时有我、我所和贪嗔等各种分别，就叫做染污意识。

此外，大家也要记住《菩萨地论》中的说法：不跟随外境且不分别，叫做阿赖耶；虽然跟随外境但不分别，叫做阿赖耶识；分别缘取各自的外境，但是不起真正的分别念，叫做五种根识；显现外境

之后再去分别，叫做意识；不但分别，而且在此基础上进行观察、破立，产生贪执和嗔执等，叫做染污意识（梵语称为末那识）[3]。

- **以修行了别染净之心**

总而言之，大家应该分清七识之间的差别，尤其是系统闻思的道友们更应该分清楚。其实七识聚就是所谓“轮回的心”。达摩大师《破相论》中将七识聚称为染心——染污的心，如来藏的本来面目叫做净心，《六祖坛经》中也经常这样讲。

净心和染心之间的差别，应该通过修行来了解。我们在安住的时候要观察：自己是否安住在无分别的五种根识当中，比如安住在眼睛所看到的明分当中，或者是耳朵所听到的悦意的声音当中；或者，是否只是安住在一个明清的状态当中。

我前两天也讲了，法身和阿赖耶识之间的差别很重要。尤其是学大圆满的时候，分清阿赖耶跟法身之间的差别非常重要。

我那天说《大圆满直指心性注疏》的法本没有了，后来很多法师把法本拿给我说：“您不能这么伤心啊，《直指心性》的法本我们还是有的，您看我们的法本是这样的……”但是他们好像没有看，法本是崭新的，十多年以来一直放着。（众笑）

我翻译的法当中，法王如意宝亲自作序的，一

---

[3] 《大圆满心性休息大车疏》：《菩萨地论》中云：“不与外境相系且不分别即阿赖耶之分位；与外境相系而不分别即阿赖耶识之分位；分别觉知各自外境之行相即五根识之分位；初分别外境，即意识之分位，后以伺察而生二取即染污意之分位。”

是《大圆满前行》，二是《大圆满直指心性注疏》，对这两部法作序也是一种缘起吧。

当时我给学院大概几百人讲过一遍。讲的时候，大家好像都会区分阿赖耶和觉性了。大家也都明白了："哇，原来我们修行不注意的话，很容易处在阿赖耶的门槛上。如果一直没人把我们推进来，就比较麻烦。法王这样一点，我们就知道了，原来修行不能安住在阿赖耶识的明清分上，更重要的是，要具有胜观和寂止，在止观双运的境界当中修行，非常重要。"

不管怎么样，希望大家通过这次学习，能够明白阿赖耶的道理，它是佛教中很甚深的奥义。

- **科学界与心识研究**

我在汉地曾遇到一位比较出名的某科技大学校长，他做过题为《物理学走近阿赖耶识》的演讲。当时我问："物理学是如何走近阿赖耶的？"他的回答跟我们佛教讲的道理基本相同。

他说阿赖耶像大海一样，在海面上会产生汹涌的波涛，波涛比喻器世界，而海面上各种波动的根本因是阿赖耶，阿赖耶是没有动摇的，就像大海的底层一样。佛经当中也有这方面的比喻。当然，要用物理学来论证这些道理有一定的困难。

其实，用心理学等现代科学来论证心识有一定的困难。不管是古希腊心理学，还是现代西方心理学，对心识的剖析都远远不如佛教中的唯识宗。而物理学的研究，不管是量子力学还是经典物理学，

主要都是针对物质的，比如大脑，而对心识的研究并不多。

比较而言，研究领域更为贴近心识的，应该说是生物学，我之前在课上也讲过，这一学科对心识和人体两方面都有所涉及。不管怎样，科学界对心识，尤其是阿赖耶识应该值得研究。

这位教授应该具有一定的代表性。他曾多年担任一所科技大学的校长，能有这样的思想，我觉得很好——通过科学来寻找真理，最后知道要“走近阿赖耶”。但不知他的修行怎么样，我也看不出来。

戊四、各位之识：

串习此等转三界，三门迷乱痛苦因。

前面讲了，不管是阿赖耶识、阿赖耶，还是五根识、意识和染污意识，都是流转三界之因。也就是说，一缘专注是无色界的因；明清专注是色界的因；以比较粗大的心念不断缘取对境，就是欲界的因。

我们只要没有通达这三种心识的根本（真正的心性）——本体是空性的、空性的本体是光明的，那你不管怎么样去修，都很有可能处在三界的迷乱当中不能离开，一直成为痛苦的因。

- **智悲双运乃解脱之道**

因此，真正的解脱之道其实是方便和智慧双运，讲《现观庄严论》和密法的时候都讲过。更重要的是，要依靠上师的窍诀，并将传承上师的教言

与自己的修炼结合起来，既要懂得自己的心性本来就是空性的，又要懂得这种空性是无所住的。如果真正通过中观的闻思、密法的直指而通达了自己的心性，那么在此基础上的修行是会成功的。

如果没有智慧和方便双运，也没有上师的引导，那是非常危险的。现在很多人喜欢自己“开车”——自己闭关、自己修行，也没有什么传承，也没有什么引导，这样过了很长时间以后，有些人最终真的产生邪见而放弃了修行。

《毗奈耶经》中有一个公案。一个边地的国王有两个儿子，见解都非常不好，一个是常见派，一个是断见派。后来，他把两个儿子交给胜光王抚养。因为胜光王是佛教徒，他们就在佛陀的教育下慢慢放弃了常见和断见，并且随佛出家，获得了证悟。

后来佛陀讲述了其中的因缘。这两位证悟者以前在迦叶佛时已精通三藏，但都没有上师的引导，在寂静地盲修了很长时间，后来一者产生常见，一者产生断见。到最后临终的时候，他们两个因为都没有什么感应，就产生了一种邪见，认为：“迦叶佛的教法是不合理的，因果是不存在的，我们两个修行这么多年一点感应都没有。”他们以这个邪见而堕入恶趣，感受了很长时间的痛苦。转生人间时，他们还带有一些常见和断见的习气，但是幸好，当时他们在迦叶佛的教法下出家，因为出家的原因，这次已经证悟了。

我认识的有些人，闭关了很多年，可是离开的

时候效果不是很好，好像他自己也没有什么信心和修行的感应。

现在有些人对佛法学得不深，可能会以自己的分别念产生增上慢。就像前面讲到的两位比丘，本来没有证悟却认为证悟了，本来不是境界却认为有境界了。此时没有人印证，也没有人指点，也没有去看很好的书——因为傲慢的人什么都不放在眼里。一旦最后修行失败，就会产生极大的邪见，这是毁坏生生世世的因。

- 闻思修行须依正统法本

我特别希望，很多佛教徒遇到了佛法，得到了难得的人身，此时一定要依靠非常正统的法本去闻思修行。诸佛菩萨真正的金刚语是不会欺惑的。不要随便在街上买，看到书店里某本书很好看、很相应就买来看。

现在人可能是业力现前吧，对前辈高僧大德真正的经论教典没有兴趣，反而对有些甚至自己也特别迷茫的世间人写的书很感兴趣："哇，这本书对我的影响很大，非常非常好！"每天都把它放在自己的枕头上顶礼而睡着，但最后有没有真实的正见也非常难说。

所以无垢光尊者也讲，现在有些人虽然在修行，但是根本无法超离轮回、获得解脱。尤其是当今很多禅修者误入歧途，而且自己根本没有见到什么功德。

原因是什么呢？我相信不是因为所修的法没有

力量。自古以来，人类历史上以及我们身边都有很多修行人，确实已将烦恼转为道用，在一生当中，出现了这么多的善法习气，也获得了很多出世间的功德。但是个别人因为自己修行的方法不对，可能经常安住一个境界，但是这种境界也不一定很好。

- 安住一缘之歧途

不知我讲过没有，法王如意宝经常在课堂上提到色达的一位上师，他大概是三十年代左右的人。他有一个弟子经常安住在某种境界当中，而且禅修功夫非常好，可以随时安住一缘，两三天都不吃不喝。

但那位上师说，你这样的安住不一定很好，就要求他不准去禅修，甚至专门安排几个特别调皮的小喇嘛，他一安住的时候就进行干扰，他有时候也生气。后来上师要求他三年内不准安住，念一亿遍观音心咒。

所以，我们藏传佛教的有些上师，看到弟子修得很好的话，是比较支持他禅修和安住的；但是如果他修得不是很好，就不是很赞叹安住。

很多人说，“我现在可以安住半个小时”，“我现在可以安住四十分钟”，“我现在可以安住一个小时、两个小时、三个小时……”，但如果没有胜观和寂止无别的境界，光是安住也不一定特别好。

就像藏地的旱獭，冬天三个月当中一直在洞里“安住”，连喘气都不用。有些猎人把它拿出来

的时候，只有胸口是热的，根本没有任何反应。在它的鼻孔处放一些很细的毛，看得出它是没有呼吸的。可见它是在深度地“安住”。而到了春天，它又会出来到处寻找吃的。

所以，大家应该懂得禅修的道理。否则，即使花了很多时间和精力，最终却没有成为解脱的因，反而成为三界和痛苦的因，并可能产生邪见。

- **学未究竟反生邪见**

麦彭仁波切讲过，世间有些具有小聪明的人，虽然学习了，但是没有达到究竟，这也会成为极大的祸患。为什么呢？因为学了一段时间以后，如果最终没有学懂，就会产生很多邪见。

以前有一个学藏传佛教的出家人，把五部大论都学完以后就产生邪见而还俗了。他还写了一本书，说五部大论里面的因明、中观、戒律都有哪些地方不对。因为他嘴巴比较会说，使藏地个别学校的学生也产生了邪见：“哇，原来他说的是对的！”后来有堪布剖析这种现象，而我们都觉得这不值一提，那个人是特别可怜的。

即使在佛教兴盛的藏地僧团中也有极少数邪知邪见者，所以，我们不管学习还是修行，都应该力求精确、确保正确，除此之外，自己还要寻找一个最好的方法来不断调整。

就像日本企业家稻盛和夫曾说过的一样，我们人来到这个世界，至少也要稍微有一点进步——最初的我也许不是很好，但当我离开人间的时候，乃

至到了下辈子，应该要更好一点[4]。

所以，我们应该要求自己今后至少要稍微好一点，不要原来信仰三宝，学着学着连三宝都不信了，那闻思不成功，修行也不成功，特别可怜。

现在有个别居士的确没有好好学修，真正的法义没有弄懂，反而懂得了耍聪明的个别专用词，然后去欺骗很多人。当然，这种人只有百分之一二左右，但毕竟也是存在的。

因此，具有正知正见的佛教徒，应该关注一下身边的这些人。虽然我们不能经常用挑剔的眼光和说是非的态度去讲别人的过失，但是看到身边的人误入歧途，我们也有责任去救他们。

其实，当一个人心里特别绝望的时候，旁边有人来救是很重要的。有些人的绝望和痛苦是暂时性的，并不是永恒的。包括我们学院当中的有些修行人、出家人，一生起烦恼的时候，自己都不知道自己变成了什么样的人，但过一段时间又完全正常了，并且感叹："幸好我当时没有跳楼，不然可能很危险的。"

所以，人在烦恼的驱使或业力的逼迫下，有可能产生邪见或做出一些不如法的行为。在这个时候，我唯一的窍诀就是祈祷上师三宝，其他都没有，这是我通过自己的人生经验得出的结论。无论怎样、无论何时，早上起来、晚上睡觉，平时走

---

[4] 《活法》：当有人问"人为什么来到这个世上"时，我毫不犹豫地、毫不夸耀地回答："是为了比出生时有一点点的进步，或者说是为了带着更美一点、更崇高一点的灵魂死去。"

路、坐车，到任何地方都默默地祈祷上师三宝，这对一个修行人来说是非常重要的！并不是因为上课的时候要念诵，就念一念“炯丹迪 得因夏巴 札炯巴央达巴 作波桑吉滚波奥华德美巴拉 香擦洛 巧多 嘉森且奥……”不是光这样念一句就可以，而是应该时时刻刻真诚地祈祷。我刚才在学旁边的一个人，但是没有学成功。（众笑）

戊五、宣说三界以何者为主：

欲界七识聚为主，色界阿赖耶识主，

无色界中则唯以，无念阿赖耶为主，

其余二者随眠附，当知各地所具之。

“欲界七识聚为主，”在欲界，七识都重要，都存在。比如我们人类，五根识、意识、染污意识都有，其余心识以附属的方式存在。

“色界阿赖耶识主，无色界中则唯以，无念阿赖耶为主，其余二者随眠附，”色界是以明清的阿赖耶识为主，其余的识以附属的方式存在；无色界以阿赖耶为主，连阿赖耶识也不明显，只是一缘安住，其余的识以随眠方式存在。

“当知各地所具之。”应当了知不管转生为三界哪种众生，都具有不同的心识。比如在欲界当中，如果转生为动物，就会有动物的心识，转生为人类就会有人类的心识。而且在人类当中，有些不具足眼识，有些不具足耳识，有些连粗大的知觉都没有……存在各种各样的心识。

戊六、融入方式：

下面讲欲界众生各识的融入方式。

如是欲界夜眠时，五境根识渐入意，

意识融入阿赖耶，一缘无念无现境，

彼者融入法界故，自性远离诸戏论，

复现阿赖耶识中，意识单起而做梦，

种种破立无而现，从中觉醒六识聚，

趋入外境而造业，夜以继日如是现。

这个颂词很重要。我今天可能讲得不是很广，但希望你们课后好好地分析。我们欲界众生的七识聚是怎样融入、怎样起现的，此处以睡眠的不同阶段来做说明。其实人死之时，识的融入方式也与此基本相同，这在中阴法门和大圆满最后的光明入法当中讲得比较清楚。

“如是欲界夜眠时，五境根识渐入意，”欲界众生在晚上睡眠的时候，心识是如何融入的呢？首先是五根识融入意识。从闭上眼睛开始，到慢慢进入睡眠的过程中，眼识等五根识逐渐融入意识。

“意识融入阿赖耶，一缘无念无现境，”意识又慢慢融入阿赖耶识，阿赖耶识又融入阿赖耶，此时就在无缘的境界中安住。

“彼者融入法界故，自性远离诸戏论，”此后，阿赖耶又入于法界性（法性光明），此时显现出自性远离一切戏论的法界光明。

在这个时候，如果有些修行者得过上师的窍诀，对密法和相关修行境界也比较明白的话，他的梦就会和光明成为无二无别——一般不会做梦，而是处于一种光明当中。很多大德晚上在光明当中过夜的话，就是由阿赖耶再入于光明界，在这样的光明界当中，他能见到诸佛菩萨，获得法流三摩地等，在梦中可以显现种种形象。

以上是入法，讲各识怎样融入，下面讲各识如何起现。

“复现阿赖耶识中，意识单起而做梦，”各识再度起现时，从法界光明中显现阿赖耶，阿赖耶中又显现阿赖耶识，阿赖耶识中显现意识，在意识当中开始做梦。

所以做梦的时候，首先从五根识开始融入，一直融入法界光明，又从法界光明中呈现潜意识的阿赖耶识（在阿赖耶识的阶段无法做梦，因为阿赖耶识没有分别），然后就出现因明中所说的“非量的意识”——《量理宝藏论》第二品中讲，梦不是真正的意识，它是一种非理的、颠倒的意识[5]，但是在颠倒当中也有一些真实的习气，比如白天所显现的以及将来要发生的一些事情，这也是有种缘起在里面。

“种种破立无而现，”在意识当中会显现各种各样的梦，在梦中会有种种破和立（其实大多数梦与白天所关注的事情有关）。虽然梦境本来没有，但是做梦的

---

[5] 《量理宝藏论释》：“无分别颠倒识分二，其一、根识染污无分别颠倒识：诸如，显现二月；其二、意识错乱无分别颠倒识：诸如，梦中之识。”

人一直认为有而进行破立。

“从中觉醒六识聚，”从意识当中醒过来的时候又产生六识，就跟我们白天的正常状态一样。早上睁开眼睛，色法也看到了，色声香味等六种外境就呈现在你的前面，这个时候你的六识会出现的。

“趋入外境而造业，”然后就趋入外境而造业。按照《毗奈耶经》所讲，在梦中一般不会造业，清醒时才会造业。所以，在单单的意识当中虽然会到处云游，做各种事情，但是不会真实地造业；早上醒来以后真正趋入外境、进行破立，此时就会造业。

“夜以继日如是现。”由此，众生的识聚夜以继日、周而复始，每天不间断地这样呈现。

等会下课后，你们所有人的五根识就逐渐融入阿赖耶，少数人可能在光明界当中安住；有些人连梦也没有，一直处于阿赖耶的深层酣睡当中不出来，因为意识还没有单起。尤其是人特别累的时候，晚上睡下以后，早上醒来发现身体的姿势好几个小时都没有动过。昨天晚上我就是这样，一直处于比较深层的阿赖耶当中，根本没有出现到单意识上面，早上从深层的阿赖耶直接起现了六识。周而复始，我们就是这样造业的。

其实，了解这些对我们的死亡也有帮助。在《时轮金刚》当中，就将这个过程跟死亡进行了对比。

第二十一课

思考题：

【知识类】

1、色界和无色界众生的心识是如何存在的？为什么说修欲界心可以获得解脱，而修色界心和无色界心却不能成为解脱之因？

2、欲界众生白天和夜晚分别以何识为主？请详细分析这些识之间的关系。

【修行类】

1、《杂譬喻经》中布施的公案对你有哪些启发？这辈子一定要解脱吗？为什么？

2、什么是安住自境？如何运用本课《杂阿含经》公案中所说的道理进行修行？

【生活类】

1、平时在上供下施时，你是如何回向发愿的？当心散于他境之时，该如何做？为什么说心像如意宝一样？

下面继续讲《大圆满心性休息》，现在是讲业因果。

我们平时学的业有善业和恶业。很多人觉得，如果说因果报应是业的显现，那么业又怎么会跟人的身体和心一起“待着”呢？大家通过这次学习业的所依——业是依靠什么，就会知道业其实是依靠我们的心。

关于心，上堂课已经讲了：欲界众生的心，在晚上睡觉的时候，有一种次第的融入方法；同样，白天醒来的时候，八识——阿赖耶识、末那识（或称染污意识）、六根识——也会次第起现。

通过这次学习《大圆满心性休息》，我相信很多人会很清楚地认识到：“哦，原来我们的心识是这样的！”

我看过很多心理学书籍，包括东方心理学、西方心理学、古希腊心理学。但是始终感觉，佛教分析得尤为透彻。因为它的分析方法可以涵盖所有心理现象的分类，同时，它也更进一步地揭示了深层次的一些道理。

比如说，西方哲学中有一个专有名词叫做“潜意识”，可能很多学过心理学的人都知道。但是在潜意识理论中，根本没有讲到阿赖耶那么深层的道理。也就是说，我们心识当中比较隐藏的、今生的习气，被称为潜意识。除此之外，前世的道理它一概没有涉及，后世的道理也没有涉及，而且今生的心识当中，阿赖耶乃至光明的心识也都根本没有讲到。

- **心识的层次**

所以我们在分析业的时候，应该先了解心识具有什么样的层次。

我们大多数人可以感觉到的心识是六识。依靠光波、声波等外境能产生眼识（我们的眼睛虽然看不见细微的微尘等，但能看见粗大的物质）、耳识、鼻识、

舌识、身识，再依靠忆念而产生意识。在佛教当中讲，这六识是比较外层的、非常粗略的心识。

再深一层是染污意识。这个染污意识是指，不管在任何时候都有一个“我”的执著——我今天去听课、我今天去吃饭、我早上醒过来了、我晚上睡觉……这是在五根识基础上进一步的执著。

五根识之后会产生意识。意识是分析五根识所缘的识——眼睛看到的是红色，耳朵听到的是妙音……这是作为“判断者”的意识。

意识再进一步深化叫染污意识。

染污意识再进一步深化，当所有意识都慢慢消失的时候，是深层的阿赖耶识。阿赖耶识是遍于所有识的一种明清、无分别的意识——这个一定要承认，否则，分析五根识是他体还是一体的时候就很麻烦。

阿赖耶识的本体是阿赖耶，它是很深层的一种心识。但是不承认阿赖耶也不行，因为当我们完全处于酣睡、昏迷或者入定状态时，五根识、我执、粗大的意识全都没有，只有一种非常细微的意识。

这个细微的意识根据众生的类别而不同。比如我们人，基本上处于欲界粗大的意识状态中，不可能经常入定。但是，色界和无色界众生由于前世的业力，有些经常处在阿赖耶当中，有些经常处在阿赖耶识当中。

不管身体如何变化，这种识是不变的。比如人死的时候，粗大的意识都已经融入了，呼吸、脉搏

也停止了，心脏也无法跳动了。但是此时，我们还有一个深层次的意识，它储存了今生的所有习气。最后身体虽然烧坏了，但是阿赖耶识的深层——没有色蕴、只有受想行识四蕴组成的中阴身，就像梦中的身体一样，经过中阴又转世到其他地方。所以，我们每个人都带着前一世乃至无数世的习气和业力而来到这个世界。

“阿赖耶”的意思是没有活动的状态。不管在中阴阶段、睡梦中，还是平常活动的时候——此时有一些粗大的分别念，虽然意识会有不同的状态，但阿赖耶一直稳固地伴随着意识。

我们现在又在这个世界上住一段时间，最后又把身体放在这里，又带着今生积在深层阿赖耶上的很多善业和恶业而离开。之后，我们有可能变成一个旁生，又变成一个人……这样的意识就在轮回当中一直流转着。

知道了这些，我们不得不想：我确实不是无缘无故来到这个世界的——就像现在唯物论所说的那样，人就只有一世。如果是那样的话，为什么同父同母的两个孩子，性格、智慧、苦乐等会有很多不同？其实，人间的的确确有很多无法想象的业力在出现。

如果承认佛教当中很深层的阿赖耶等意识的状态，就会对本师释迦牟尼佛的教法生起不可退转的信心。同时自己也会知道，原来生命并不是我们想象的那样“人死如灯灭”。人死之时，身体虽然像灯灭一样没有了，但是意识又带着今世所有的善业

和恶业，经由中阴而投胎，就像晚上睡了一觉，明早又醒过来了一样。

很多人都说：“阿赖耶识比较深，我已经退下来了。”我也知道每天晚上都有很多人退下来。如果我讲比较简单的话题，比如工作、如何赚钱、如何发财、如何谈朋友等，可能听课的人就越来越多了，经堂里面可能都坐不下了，但我不会讲这些。

那天刚开始讲阿赖耶的时候，经堂里面坐得特别挤，从今天开始可能慢慢不会那么挤了，网上也不那么挤了。但是我们不需要很多人，只要有个别的人通过学习真正认识到自己的心是什么样，轮回是什么样，我们活着的时候业是依靠什么而存在等问题，就可以了。

认识到这些以后，有智慧的人不得不承认，原来我们每个人的确都是带着业而来的，最后离开的时候也要带着善业和恶业而去，因此很多财富不一定用得上。

有些人特别喜欢钱，但是你死的时候，钱再多也是存在银行里面，没办法带走。有些人还来不及说出银行卡密码就已经死了，最后银行就发财了。所以，在阿赖耶上面存一些善根，应该是更加有智慧的选择。

戊七、各自分类：

色界自识四禅定，住于阿赖耶识中，

偶生取境细微识，多时等持中安住。

如前所说，这个世界上有不同的众生，有些我们眼睛确实看不到，但是依靠佛教的教义应该承认其存在。在欲界上面有色界，色界有一禅天、二禅天、三禅天、四禅天。学过《俱舍》等阿毗达磨及其它小乘经典的人都会知道这个世界的状况。

“色界自识四禅定，住于阿赖耶识中，”在色界禅定中的天人经常处于阿赖耶识当中，因为他们有一种明清的识。

在《俱舍论》当中讲，四禅有不同的状态，第一禅有寻和伺——粗大执著的“寻”和细微耽著的“伺察”，第二禅有喜和乐，第三禅有出息和入息。这些都属于禅定的八种过患[6]。到了四禅，这些过患都没有了，完全处于一种光明的境界当中。

“偶生取境细微识，多时等持中安住。”我第一天也讲了《如意宝藏论》中的相关道理，其实这里也讲了。

这里说，色界天人是在阿赖耶识当中安住，偶尔产生一些意识。禅天的天人享受天界的光明，除了净居天以外，大多数都是凡夫位。他们经常处于非常细微的意识当中，不像我们有粗大的分别念和烦恼——贪心特别大、嗔恨心特别大，有时候邪见也特别重。一般来讲，色界天人没有这样粗大的意识，只有细微的意识，大多数时间处于禅定当中。

我们有些道友也是，很多时间都在睡觉，晚上要睡八九个小时。他们也像天人一样，大多数时间

[6] 禅定的八种过患，即寻、伺、苦、乐、忧、喜、出息、入息等八种能动乱禅定之灾患。

都是入于“三摩地”。我相信他们不是烦恼的昏睡，应该是入于一种“光明境界”。

其实禅定当中一定要有智慧。《亲友书》中也说，无有智慧的禅定或者无有禅定的智慧都是不究竟的；而既有智慧也有禅定的话，轮回的大海就会像蹄迹中的水滴一样很快干涸——这样修行的人很快会从轮回当中获得解脱[7]。

所以，我们学习禅定的时候，一定要带着智慧，否则光是处于阿赖耶识的光明界中是无法解脱的。有些人的修行可能经常处于一种特别明清的状态中。有些道友特别喜欢修明清的状态，但是这个明清的状态，如果没有好好分析的话，很有可能是阿赖耶识的状态。这样修修修，最后会变成什么呢？就是四禅天。所以这也是不究竟的一种修行，一定要注意。

以上讲了色界的道理，下面讲无色界。

戊八、无色界心依四名蕴之理：

无色界之自地识，即是阿赖耶自性，

空无边等之四处，住于一缘寂止中。

心相续依极细微，受想行识四名蕴，

一缘寂止劫不醒，亦未播下善种子。

“无色界之自地识，即是阿赖耶自性，”这里讲到无色界，实际上，无色界众生处于一个很细微的意识

[7] 《亲友书》：“当知无慧无禅定，无有禅定亦无慧，何者定慧兼有之，轮回海成蹄迹水。”

状态当中，即无色界自地的意识，它是阿赖耶的自性。大家都知道，阿赖耶连明清也没有，是一种不动摇的、非常深层的意识状态。那时既没有呼吸，也没有心跳。

“受想行识四名蕴，”因为无色界的众生有受想行识四蕴，这四蕴依靠一种意识的身体，也叫做意生身，就像我们梦中的身体一样。在梦中，我们的肉身放在这里，而意识的身体有时会跑到很远的地方去。

昨天晚上，我的意识的身体就跑到了很远的地方，也接触了很多死人、活人。我遇到了一个很多年前认识的老头子，还跟他说话。早上醒来我有点害怕：“我是不是要死了？”后来想肯定不是。

所以有时候，我们这个意识出去以后可能会经历各种事情，这是意识身体。

“空无边等之四处，住于一缘寂止中。”无色界可以分为空无边处、识无边处、无所有处和非想非非想处，总共有四种处。这四种处都是住于一缘的寂止状态当中。

按照《大毗婆沙论》所说：“空无边处二万劫寿，识无边处四万劫寿，无所有处六万劫寿，非想非非想处八万劫寿。”他们安住的时间特别长，一直处于一缘的状态。“一缘”就是什么外在的执著都没有，处在一种禅定的状态当中。

“心相续依极细微，”他们的心相续依靠一个非常细微的意识，不像我们现在非常粗大的受想行识，

他们连肉身都是没有的。

像这样的道理，现代科学等很多知识都根本没有涉及。

“一缘寂止劫不醒，亦未播下善种子。”因此，无色界众生在一缘状态中很长时间不醒，也没有种下善根的机会。而且，因为他们处于一种愚痴的状态，所以还会增长愚痴。

- **得人身时多修善**

大家在修行的时候也应该知道这些。有些人认为，转生到天界去应该是很好的，但实际上，转生天界也没有什么快乐的——色界天没有什么快乐，无色界更没有什么快乐。而且，他们根本没有办法种下任何善根。而我们人间的确有种下善根的机会，所以很多前辈大德说，人身比天人的身体更重要。

《观无量寿经》中也说过，在人间守持一天斋戒的功德，在天界等其他界的一百年中也无法获得，而我们有这样的机会。《不退转经》中也讲，在别的清净刹土当中，用千百万年所积累的资粮，欲界众生用一顿饭的功夫就可以完成，而且可以增长这种善根[8]。

我确实是这样想的，一方面我们处在娑婆世界中，“苦才是人生”，人生中还是苦比较多。我看

[8] 《不退转经》：佛言：“于此世界二十亿那由他劫修诸善根，不如娑婆世界于一食顷与诸般若波罗蜜相应，令一众生归依三宝受持五戒，远离声闻、辟支佛心，使发无上菩提道意。甚难于彼二十亿那由他者，况复有能劝人出家赞叹功德，广为说法令出三界，作如是教逮得已利，修集善法入诸禅定。何以故？此诸众生，多为烦恼之所浊乱。”

每个人都是这样，如果每天统计一下自己的心态是苦多还是乐多，可能大多数都是苦多一点。

如果我们做个作业，统计你一个月当中的心态，每天是高兴多、痛苦多，还是无记多？可能很多人会说痛苦多一点。因为很多人的生活当中，好像不如意的事比较多。古人也是这样讲的，但是现在好像更加明显，这个也不开心，那个也不开心，即使因为有些事情而开心，但很快就感受不到了。

因此，一方面，人生确实苦比较多，有时候可能会产生厌离心；但是另一方面，只要我们愿意行持善法，还是会有非常好的机会。

在座的各位，获得这样难得人身的时候，应该尽量地行持一些善法。前段时间我也跟大家讲过，每一个佛教徒，无论你是出家人还是在家人，至少平时手里要拿着念珠。我在这里要规定，希望听我课的人，除了身份非常特殊的，比如军官等，不拿念珠也是可以的；但是大多数人，希望你们手里经常拿着念珠，并不是给我看一下就可以，而是一定要长期地念着。

以前，法王如意宝晚上睡觉的时候都把念珠挂在耳朵上，因为法王拿的念珠一般是很小很小的，醒过来的时候就马上拿下来念，一直是这样的。我们现在虽然做不到这一点，但是也希望大家，一是经常行持善法——拿念珠等；二是很多在家居士可以受三皈五戒、八关斋戒——受自己能受的戒律，你不一定要出家。

出家的话，可能你没有想到，出家还需要很多

手续，也有很多戒律和约束。这样的话，自己应该先受持一些在家的戒律。同时，应该把每天的修学变成一种正常的生活方式。我觉得这样的人生非常有意义，否则我们活在人间尽管做了很多事情，结果有些却不是种下善根的因，这样就太可惜了。

总之希望大家想一想，我们如果转生天界会是什么样？色界天经常处于一种光明当中，但是不会造善业，没有受别解脱戒等的机会；如果转生到无色界，也没有什么希望，你看“亦未播下善种子”，他们在八万劫当中连种下善根的机会都是没有的。

我们有些人也是这样，在人间活了几十年、一百年，好像也没有种下善根，反而造了很多业；最后离开人间的时候，带着阿赖耶上的很多恶业就转生到后世去了。到了后世，你前世所造的很多恶种子一定会成熟的。

有些人这辈子没有造什么罪，但的确因为前世积累的福报不够，今生很多事情都无法成办；有些人今生虽然没有造什么善业，但是以前世的福报，即生当中什么都成办了。所以我有时候想，这些不一定是他们努力的结果。

比如很多人喜欢钱，特别羡慕比尔·盖茨、马云，但他们有钱肯定不仅是今生努力的结果。我看过他们的很多传记，其实他们那样的勤奋很多人都在付出，甚至还超过他们的努力和智慧，但就是做不出来，只有他们个别人做出来了，这也的确是前世的一种因。

所以，你们这次学《心性休息》要明白，业是怎样在阿赖耶上存在的。阿赖耶的深层有很多业的习气，就像一些资料拷在U盘里面，U盘可以带到别的地方去，而电脑不用带走；同样的道理，我们的业在阿赖耶的“小U盘”上被带走，而“电脑”这种东西就可以扔到尸陀林里面。这个比喻可能不是很确切，但是个别初学者也可以暂时这样考虑一下。

戊九、认识四禅无色界之心：

如是四禅无色心，前果灭尽亦死亡，

本体无记愚痴故，颠倒因果而反复，

投生漂泊轮回处，故当从中得解脱。

“如是四禅无色心，前果灭尽亦死亡，”下面是总结性的宣说。四禅、四无色界的心，实际上是带着前世的业力——因为前世修了很多善法和禅定，这两者结合起来，他就变成了天人。过了一定的时间，他的业就全部尽了。就像手机里面充的钱，用着用着，到最后就欠费了，又要充50块钱、20块钱、10块钱……前果灭了以后，无色界和色界的众生也会死的。

“本体无记愚痴故，颠倒因果而反复，投生漂泊轮回处，”他们经常处于什么样的状态呢？他们的心态是无记的——不是善的，不是恶的，也不是智慧的状态，而是一种愚痴的、颠倒因果的状态。所以，他最后还是凡夫，还是漂泊在轮回当中。

为什么说他是颠倒的呢？《大集经》中说，菩

萨选择生处的时候，不会选择色界和无色界。

为什么不选择色界呢？因为色界有很多颠倒因果的想：本来是无常的东西认为是常有的；本来是痛苦的东西认为是快乐的——轮回是痛苦的，但他觉得非常快乐；本来是无我的东西认为是有我的，本来是空的东西认为是不空的；本来不是涅槃的认为是涅槃的[9]。

天界众生有这四种颠倒。就像现在有些年轻人一样：无常的东西，他认为是常有的；痛苦的东西，他认为是快乐的；无我的东西，他认为是有我的……因为处于这么一个状态，所以没有意义地耗费很多时间，却不能通达真相。所以一般来说，菩萨不会选择投生色界。

菩萨也不会选择无色界。因为无色界的众生见不到佛、听不到法，也没有机会供养僧众——无色界众生经常处于禅定状态，所以肯定遇不到佛法僧三宝，而菩萨既想度化众生，又愿意投生在有三宝所依的世界当中，所以很多菩萨都不选择无色界[10]。

“故当从中得解脱。”所以我们应该从色界、无色界获得解脱。

《无忧经》中讲得很清楚：“禅天无色业尽

---

9 《大集经》：菩萨作如是念：“彼色界诸天，受少味故用为欢喜，无常有常想，苦有乐想，无我有我想，无涅盘有涅盘想。此色界诸天，亦有无常变异，未脱地狱、饿鬼、畜生之分。”是菩萨不愿生色界诸天处，唯除净居天，即彼入涅盘不还此间者。

10 《大集经》：菩萨作是念：“此无色界诸天，离见佛闻法及供养僧。此诸天等，不知求出无色界法。假令久住会当变灭，未脱地狱、饿鬼、畜生之分。”是故于彼天处亦不愿生，但作是念：“我当作天中天、如来、应供、正遍知。”

后，复坠地上堕地狱。”即使你转生到四禅天和四无色界，最后业力尽了也一定会堕入地狱等下界当中。《亲友书》中也讲过这个道理。

有些宗教也是因为害怕地狱而发愿转生天界。但是转生天界之后，如果没有获得解脱，还是会堕入地狱。

因此，我们为什么经常讲出离心？所谓的“出离心”，不仅要从人间出离，更重要的是，也要从天界出离，一定要从三界轮回中获得解脱！如果没有获得解脱，那我们的痛苦是无法间断的。这就是一个真正的修行者一定要明白的道理。

以上讲到了四禅天和无色界的流转过程。虽然我们的肉眼见不到天界和地狱，但是通过很多道理来分析的时候，确实不得不承认其存在。因此，通过长期闻思佛法，你们会对这些甚深道理逐渐生起真正的智慧。这些并不是传说，如果不承认这些道理，那么生活和显现当中的很多事情是说不清楚的，这一点应该明白。

戊十（欲界识一异之理）分三：一、修习欲心而成解脱因之理；二、宣说白日以何识为主；三、彼等一异之理。

己一、修习欲心而成解脱因之理：

第十个科判讲欲界识一体异体的道理，分三个方面。首先讲，修习欲界的心应该会获得解脱。我们现在是住在欲界当中，通过欲界的修行——刚开始修十善，然后修出离心、发菩提心、行持六波罗蜜多等，将欲界的心修好了以后，暂时可以获得人

天福报，究竟会从整个三界轮回当中获得解脱。可见，它是上菩提和下善趣的解脱因，所以我们一定要修欲界心。

如理修行欲心故，亦成上下解脱因。

欲界的心识跟色界和无色界是不同的，它比较粗大。而且我们住在南赡部洲，它是业力之地，不像在北俱卢洲和西牛货洲，造什么样的业也不会很快成熟。所以我们南赡部洲是最好的，造善业也有善业的果，造恶业也有恶业的果。在这个时候，好的话，我们有解脱的机会；不好的话，可能因为即生当中造的罪业，就永远没办法获得解脱。

- **这辈子一定要解脱**

因此我们一定要想到，这一辈子一定要获得解脱。《大宝积经》讲："无量亿劫佛乃出，为诸众生作利益，汝等既得善趣身，应舍放逸求解脱。"无量亿的佛已经出世并转了三乘法轮，为众生造了解脱的因，在座的所有人，在得了善趣暇满人身的时候，一定要完全放下放逸、懈怠、傲慢、散乱，一定要求解脱——求出离心、菩提心和无二慧。

确实如《大宝积经》中所说，无量佛陀来过这个世界，也给我们开示了非常多的法门。而且就像《金刚经》里面讲的，我们即生当中遇到《金刚经》的法门，并不是在一佛、二佛、三四五佛面前种下过善根，而是在无量佛面前种下过善根[11]。

---

[11] 《金刚般若波罗蜜经》：佛告须菩提："莫作是说。如来灭后，后五百岁，有持戒修福者，于此章句能生信心，以此为实，当知是人不于一佛二佛三四五佛而种善根，已于无量千万佛所种诸善根，闻是章句，乃

所以，今天在座的人不是无缘无故来到这里听法。你们觉得："噢，我以偶尔的机会遇到了一个上师，遇到了一部《金刚经》。"有些人以为这是靠运气。其实，这些的背后有很多因缘——我们以前做过很多善事，即生当中才遇到了这样的大乘佛法。因此一定要种下善根。

《念住经》中也说，欲界众生不管是种下善的种子也好，恶的种子也好，因为他们的心比较粗大，果报的成熟也非常明显，因此佛陀劝告我们一定要修行妙法[12]。

欲界有这样的修行机会，我们在这个时候千万不能修错，要发愿一定获得解脱。然而当前的社会是什么样的状况呢？大多数人都是求人天福报的，包括佛教徒。可能出家人稍微好一点，除了极少数以外，大多数出家人对求名求利的确不是很在意。有些出家人有点……好像不好表达，但是总的来讲还是很好的。

但有些佛教徒的目的是什么呢？就是获得一种人生当中的快乐。当然这也可以，但最究竟来讲，的确像以前噶当派大德在修心教言当中所讲，通过做善事求人天福报，确实能得到，但是将来这个业尽了以后，还是会产生其他的果报。

《杂譬喻经》里面有一个公案。以前，某处住有好几万僧众，其中大多数都是获得阿罗汉果位的

至一念生净信者，须菩提！如来悉知悉见是诸众生得如是无量福德。何以故？是诸众生无复我相、人相、众生相、寿者相。"

12　《大圆满心性休息大车疏》：《念住经》中云："欲界众生播善不善种子，其心粗大之故，汝当勤修妙法也。"

圣者。有一个施主前去供养——供养好几万僧众的话，那这个福报应该是很大的。僧众当中有一位年龄和威望最高的长老，他的胡子都白了，牙齿也没有了，大家都非常尊重他。最后作回向的时候，他说："你这个大施主，这次作了很大的供养，将来会得到大的罪报。"

这时，僧众当中的很多人都觉得，虽然长老是证果的人，但是他可能已经老糊涂了，否则今天施主供养这么多的僧众，他怎么还说施主得大的罪报？这是不可能的事情。

后来有些人问他："您为什么这么说？"

大尊者回答："你们可能只知道此中一部分道理，而不知道长远的道理。这位施主做这样的大供养，实际上就是想获得人天福报。这样的目的，依靠给僧众供斋的加持肯定会达到的。但是他将来得到这种人天福报的时候会产生傲慢心，不恭敬佛、不去听闻法、不恭敬僧众。以这样的罪业，他最后还是要在恶趣当中感受无量的痛苦。"

可见，他暂时是有这个福报，这是必定的，因为他发了这样的愿，但是从长远来讲他还是要堕落恶趣，因为获得福报的时候产生了一种傲慢之心。

我有时候也感觉到，一些富贵的人，一些领导等，可能因为前世的福报，今生当中很了不起。但是他好像什么都不放在眼里，因为有点钱，有点地位，有点才华……包括现在各种各样出名的人，比如艺术界的人，这辈子很火，无数的人开始追捧他，好像和他握个手都好几天不愿意洗；那种人就

特别傲慢，好像自己的身体并不是骨肉组成的，而是金刚钻石组成的一样，但他们死的时候也是很惨的。

其实人生短暂的几十年，你再怎么傲慢，再怎么受人恭敬，最后还是要自己带着自己的业力离开。如果你在今生把谁都不放在眼里，还造很多业，可能确实会像刚才那位老和尚说的那样：“将来得大罪报！”

- **学会回向和发愿**

这说明什么呢？我们在人间做任何的善事，都要令它成为解脱之因，要学会回向和发愿。有些人可能不会回向，也不会发愿，每天都是想：“我自己要好好的，要健康平安。”刚才有一个领导供养僧众一百块钱，然后说：“你一定要叮嘱，我家里一定要顺顺利利、平平安安、快快乐乐……”好像供养一百块钱就有一百个对联——很多很多的想法，全部都是今生的愿。

今生的愿也可以这样发，以三宝的加持，你肯定会顺顺利利、平平安安、快快乐乐、健健康康……都可以的，但是最终不知道会怎么样。所以我们应该以解脱为目的，这个很重要的。这时你的健康、快乐、幸福也自然而然会来的。

法王如意宝以前也经常说：“只要我们把木柴烧得很好，灰自然而然会来的。”所以，只要在利他心的前提下回向，那人天福报自然会出现。

你们可能学过全知无垢光尊者的《四法宝鬘

论》，其中也讲过，我们获得的人身一定要成为自他二利的解脱之因[13]，这是非常重要的。

所以发愿很重要。以前有一位非常著名的哲学家、思想家叫弥尔顿，他说：思想是一切的作者，通过思想的运作，地狱可以变成天堂，天堂也可以变成地狱[14]。发什么样的愿，将来就会得什么样的果，这是一个必然的规律。

己二、宣说白日以何识为主：

前面讲了八种识，那么在白天，八种识当中何者是主要的存在呢？

白日七识多为主，余二一体为附属，

当知取色之眼识，无念明分普基识，

无分别分阿赖耶，其余六识亦复然。

"白日七识多为主，" 在白天是以六根识和染污意识这七识为主。不管吃饭、走路，还是做任何事情，大多数人都是以七识为主。

"余二一体为附属，" 此时阿赖耶和阿赖耶识——其余的这两者，是一个本体，没有分开的。而且是以附属的方式存在——虽然存在，但是不明显，就像白天的星星一样隐没着。

"当知取色之眼识，无念明分普基识，无分别分阿赖耶，" 下面举一个例子。比如眼睛看色法的时候，我

---

13 《四法宝鬘论》："是故具胜妙智诸士夫，获得圆满闲暇人身时，诚心精进勤修诸利乐，以此成就自他之二利。"

14 弥尔顿："思想运用以及思想本身，能将地狱变为天堂，抑或将天堂变为地狱。"

看到一个红色的柱子，眼识已经取了外面的境。此时，有一种没有任何分别念的明清的识。本来眼睛看对境也是一种无分别的识，它是很明清的，如果不明清看都看不到。这个没有分别的明清部分就叫做普基识，也叫做阿赖耶识。

同时，心的本体——它的底层或者说深层，没有动摇过，这叫做阿赖耶。

“其余六识亦复然。”同样的道理，我们听到声音、品尝味道、感受触觉、忆念事物……六根在取境过程中，阿赖耶和阿赖耶识都是以一体附属的形式存在。

比如听声音的时候，耳识有一种非常明清的、没有分别的部分，叫做阿赖耶识；没有动摇的深层部分叫做阿赖耶。

当然在这个时候，其他的识也有附属的。按照《释量论》的说法，多个无分别的根识可以同一时间产生，但是分别的识同一时间只能有一个。所以，我可以在花园里面一边看花，一边听到声音。我们有些道友也是这样，一边吃酸辣粉，一边用耳机听课，还拿着香水喷一喷……色声香味都在同一个时间当中以无分别识接受。但是分别识只能有一个出现，你不可能同时产生“这个声音好听，这个东西也好吃”的两个分别念。如果有的话，就成了两种相续了。学过因明的人应该知道这一点。

- **安住“自境”**

如果再进一步认识，阿赖耶的本体其实是光明

的，光明与空性是无二无别的，那就是所谓出世间的解脱、如来藏。所以，我们现在的修行除了要超越六识、七识、八识，还要认识出世间的心性光明。我们不能天天都耽著外面的色声香味，这样是没办法修行的。无始以来我们都是这样，这是很危险的。我们自己真正的自境，实际上是心识的本体，它与光明是无二无别的。它是本有的，但很多人没有认识。如果一直向外缘取，我们会经常感受到轮回的痛苦，也会有一些其他的危险。

佛陀在《杂阿含经》中讲过一个故事。

有一只小罗婆鸟在空中被老鹰逮住了，它自言自语地说："唉，我今天没有做对，没有听父母的话，如果住在自境——自己的环境，就不会这么惨的，都怪我没有听父母的话。"

老鹰问："什么叫做'你自己的环境'？"

它回答说："我自己的环境是田地里。如果我在田地里待着的话，你根本就抓不到我。父母经常告诉我，不要跑到别的地方去，可我飞到空中去了，所以就被你抓着了。"

老鹰当时很傲慢地想："不管自境也好，他境也好，这个小鸟还是很容易抓到的。"于是就说："你说你在自境别人就抓不到，那我试一试，把你放在自境。"于是就把它放到了田地里。

小鸟到了田地里，就站在一块石头上，开始骂那个老鹰如何如何没有本事，不知道怎么骂的，我有点忘了，总之骂得很厉害。

当时老鹰特别生气，从高空俯冲下来准备杀它，这时小鸟马上一闪身，飞快地躲到石头下面去了，于是老鹰就撞到大石头上死了。

佛陀用这个比喻说明，外面的色声香味等六境实际上是他境，众生的心如果散在这六境上是很危险的，就像老鹰在别的地方会撞死一样。如果我们在自境当中——观身受心法四念处，就像小罗婆鸟在自己的地方一样，即使遇到老鹰那么强大的敌人，也可以保护自己。

所以，佛陀通过这种比喻让我们经常内观，不要往外散，应该缘正法、缘自己的心。如果以更深的密法窍诀来讲，不仅仅是观心念住、身念住、法念住等，更重要的是观内在的光明心——超越阿赖耶的更深层的心性，这更加有意义。

己三、彼等一异之理：

一缘眠时阿赖耶，梦中阿赖耶之识，

意识二者为一体，醒时一切一本体。

“一缘眠时阿赖耶，”当心专注一缘，就像无色界的众生，或者是我们处于酣睡、入定状态——还没有进入出世间的光明境界、安住在阿赖耶当中，这时外散的心识全部收在阿赖耶当中。

也就是说，我们在昏睡、昏迷或者世间禅定状态当中时，全部的识都与阿赖耶一体存在。

“梦中阿赖耶之识，意识二者为一体，”我们在梦中是什么状态呢？前面也讲了，从阿赖耶识当中产生

意识，这种独头意识[15]跟阿赖耶成为一体。

“醒时一切一本体。”醒觉的时候，阿赖耶跟八识聚成为一体。

归根结底，如果超越这八识、更深层次地去修行，就是光明心，这在《大幻化网总说光明藏论》当中讲得比较清楚。萨绕哈巴的《多哈道歌》里面也讲了，心是唯一的种子，它可以显现轮回和涅槃的法，也可以赐给我们一切所欲的果，所以顶礼像如意宝一样的心[16]。

为什么说我们的心像如意宝一样呢？实际上，这个心的本体的确是光明的，它是佛陀的本性，而不是轮回的本性，不是无明的本性。如果我们真的去修，它是可以现前的。

甚至世间万事万物的现象都是心的一种幻化。尤其像《大乘密严经》等经典所讲，所有外在的万事万物，在本体上都是没有的，就是心的一种幻现。《大乘密严经》：“种种诸识境，皆从心所变，瓶衣等众物，如是性皆无。”种种心识的对境全都是心变现的，瓶子、衣服等物质以及外面的器世界，其自性都是没有的。

这些道理只是我们不懂而已，如果懂的话就会明白，外在的现象都像梦中的现象一样，其实都是没有的。包括世间的痛苦、快乐，其实就是阿赖耶

15　独头意识，此又名不俱意识，就是不与前五识俱起，单独生起而泛缘十八界的意识。此复有三种，称为独散意识、梦中独头意识、定中独头意识。

16　《大圆满心性休息大车疏》：《道情歌集》中云：“唯一心性诸种子，从中显现轮涅法，能赐一切所欲果，顶礼如摩尼宝心。”

的显现。就像月亮的盈亏，只是我们认为它有圆满和亏损的时候，但实际上是没有的，外在的现象也是如此。所以我们一定要懂得心识的本体。

如果懂得心识的本体就会知道，它在法界光明的所依界当中没有任何差别，只不过是能依有差别。在《现观庄严论》第一品讲种姓所依时说："由能依法异，故说彼差别。"虚空没有什么差别，但是我们的能依有差别，所以才有世间种种的差异——噢，这是瓶子里面的虚空，这是茶杯里面的虚空，这是经堂里面的虚空……这些能依有种种差别，实际上全是心性光明的一种现象。

但我们现在可能还不懂，因为没有大圆满或者密法的修行体验，光这样说恐怕理解起来有一定的困难。但总的来讲，我们要超越六识、八识，一定要入于心性光明，这是我们在座很多修行人的目标。

无垢光尊者在这里也讲了很多窍诀，意识和心识、光明和智慧，这样一层一层地深入——我们一定要入于世间各种波涛般的心，入于最底层、最根本的心，那时我们才会获得真正的解脱。

第二十二课

思考题：

【知识类】

1、什么是无明？有哪两种解释？什么是出离心？出离心是智慧吗？

2、圆满杀业需要哪些条件？杀蚊虫有过失吗？杀生、偷盗、邪淫的同分分别是什么？了知这些之后，你打算如何做？

【修行类】

1、什么是妄语？其同分是什么？请以公案说明，说妄语有哪些危害？

2、观察自己是否经常说妄语、离间语、绮语、粗恶语及其同分的语言？你打算如何调整自己？

【生活类】

1、如今人们以贪心、害心造业比较严重的原因是什么？

2、为什么不能轻易评价他人？作为管理者，如何避免因为评价他人而造下罪业？

下面继续讲《大圆满心性休息》第四品，这一品很关键，主要讲到了阿赖耶——业的所依；本品后面还会根据《宝性论》的道理讲心性——心的本性。表面上看来，全知无垢光尊者的《心性休息》好像跟《大圆满前行》有点相同，但实际上，这里面处处都有佛教当中很甚深的一些道理。

我前两天讲完阿赖耶以后心里很高兴。原因是

什么呢？现在很多汉地佛教徒不懂业因果，虽然有些人也觉得业因果是肯定存在的，但它们是怎么存在的，这个道理很多人都不是很明白，认为业因果好像是一种偶尔的因缘。他们也不知道为什么每个人都有不同的业，业存在于什么地方。

有些人认为，业可能存在身体上或者大脑当中，这都是现在西方哲学或者唯物论的一些说法而已。我们的大脑上肯定不可能存业，否则，大脑没有了或者毁坏了以后，业力也就消失或毁坏了，但那是不可能的。

前面已经从十个方面介绍了善业和恶业到底存放在什么地方，就是在我们的心上面，即心的最深处——阿赖耶上面。五根识、第六意识和染污意识是外在的、比较浅的层次，而再往里面、更深的层次就是所谓的阿赖耶。

业毕竟是世俗上的因果关系，因此这里并没有讲到最甚深的胜义光明方面，只讲到它存在阿赖耶的上面。所以，阿赖耶这种意识，对于任何众生来说，乃至解脱之前一直是存在的。

所以大家应该清楚：我们不能造恶业，不然即使别人不知道，在阿赖耶上也会留下这样的种子；这个种子播下之后，一旦因缘成熟就会出现结果，这也是一个自然规律。所以说，不仅外在的物质上有缘起规律，更重要的是，内在的心识上也有这样的缘起。

关于这个道理，前面我讲得不一定很清楚，我有时候表达也是很差的，但是无垢光尊者讲得很清楚，翻译上面也应该没有大的问题。我想在座的相

当一部分人通过学习会知道：原来业因果是这样的，业应该存在于这样的一个心识上面。这个时候没有任何理论的妨害，所以自己也不得不承认。

现在科学领域的各种学科在这方面的剖析，根本没有达到我们所讲的那么深的层次。这也是现在西方科学家越来越接近佛教的原因，就像科技大学的前校长也认为物理学接近阿赖耶。

我接触这些大学老师的时候，觉得他们可能还需要闻思。我经常跟一些藏族堪布接触，他们一辈子闻思，对很多道理确实理解得很深。所以，有些科学家在这方面有所了解，这一点是一个突破和进步，非常好的；但是非常深层的，按照唯识宗和密宗来了解心性的方面，如果有机会学是更好的。

所以我希望，我讲过这些以后，你们不要永远停留在文字上，最重要的是要真正明白。尤其是对业因果抱有怀疑或者还不太了解的人，要经常翻开全知无垢光尊者非常珍贵的《心性休息》这本书，反反复复地去思维。这样你就会明白：原来业因果应该是这样才合理！

丁二（能依）分二：一、宣说根本无明；二、宣说不善业。

今天开始讲能依的业。前面讲了所依，业依靠在什么地方呢？就是在我们的阿赖耶上。能依的业，从业的根本无明和不善业这两个方面来阐述。

戊一、宣说根本无明：

大家在分析的时候，科判很重要。现在我们研

讨班的有些法师也很重视科判，因为科判把整体的脉络和思路一段一段讲得很清楚。如果科判和章节没有了解清楚，有时候也是云里雾里的。

一切诸法之所依，业之根本即无明，

本体三毒贪嗔痴，所生三有黑白业。

“一切诸法之所依，业之根本即无明，”意思就是说，一切万法的根本或所依实际上是业。

我上节课引用了《大乘密严经》的一个教证，讲到外境中的瓶子、衣服等一切都是以心而造的，是成熟的阿赖耶形成的。所以，世界上万事万物的所依或根本实际上就是业。

《入中论》中说：“有情世间器世间，种种差别由心立。”《俱舍论》中也说：“形形色色世间界，皆由众生业所生。”这两个教证的意思基本上差不多。

所以，一切万法的根本是业，业的根本即是无明。《大乘义章》中说：“于法不了名为无明。”什么是无明呢？对万法的本体没有如实地了解、通达，于幻觉执为真实——本来没有的东西执为有，本来无常的东西执为常有，这就是一种无明。

“本体三毒贪嗔痴，所生三有黑白业。”无明的本体是三毒，即贪嗔痴。当然，痴心也是一种无明，但无明有两种。讲《入中论》的时候也会讲到，总的所有烦恼——根本烦恼和随眠烦恼都属于无明的范畴，因为不了解事物的真相就可以称之为无明；还有就是贪嗔痴中的痴心也是无明。

所以这里说，一切都是业所生的，业的根本是无明。无明的本体可以分为贪嗔痴三毒；依靠贪心、嗔心、痴心产生黑业，无贪、无嗔、无痴产生白业；依靠黑业和白业会现前整个三界轮回，三有全部会现前的。

- **无明是轮回的根本**

《般若摄颂》也说："佛说诸有情，皆由无明生。"（这跟后来的翻译有点不同，后来的翻译是每句七个字。）凡是三有（六道轮回）当中的众生，都是以善业、恶业而形成的。只要我们没有认识善业、恶业或者万法的本体，就会一直漂泊在轮回当中。

所以我们经常要求大家，一定要生起出离心。什么叫做出离心呢？就是"一定要从轮回当中出来，要前往解脱之地"的心。如果一直没有出离的心，那就会一直沉溺在轮回当中。所以，光有一个希求健康、幸福、平安的心态还是不行的。

如果真正要有一个非常成功的修行，那你就要希求从整个三界当中获得解脱。这样的解脱才算是一种真正的智慧的体性，它并不是无明的本性，而是完全离开了无明。当然，我们还没有认识万法本体的时候，它还是烦恼性和障碍性的。

经典里面有这样一个公案。有一个地方的寺院里面有很多僧众。离寺院不远的地方，有一个非常虔诚的女居士，她非常有智慧，自己学得也相当好。

现在有些居士学得很好，甚至有些出家人也赶

不上他。在我们藏地，寺院里的闻思修行应该是很好的；但在家人的群体当中，对佛教非常有造诣或者非常通达的人，不是没有，但比较少。所以一般藏地的佛教教育在寺院里面非常成功，但是在老百姓当中或者说在在家人的群体当中，弘扬得并不是特别广泛。

我想这几年以来在汉地，寺院里面的佛教教育，包括藏传佛教的教育，推广得并不是非常成功，但是在在家的群体当中，我觉得是很不错的。所以，在家学习多年的这些人，不管是闻中观、闻因明、闻戒律……很多方面还是闻出一些很有意义的事。

我刚才举的公案当中，寺院附近有个在家居士，她非常虔诚，发愿每天供养一位僧人，然后求法。寺院里面就安排僧人轮流应供，比如今天轮到你，你就可以应供，受供之后就给那个居士讲法。每天都是这样地一直轮流。

后来轮到一个老和尚，他是半路出家，不是从小出家的。而且他可能是比较老的时候才出家的，因为年轻的时候没有闻思过佛法，所以佛教的水平并不是很高。

现在个别寺院当中也有吧，有些人五十多岁、六十多岁出家。从他的穿着上可能也看得出来，这个人肯定是半路出家的。他自己有时候也很傲慢，但是肚子里面确实没有从小闻思的底子。

公案当中说，明天该轮到这个老和尚了，他特别苦恼。因为听说那个女居士学得很不错，害怕她

明天会给他提一些问题，所以他特别紧张。第二天，到了中午供斋的时候，女居士一直等着，她想：“今天是哪位出家人要来受供呢？”

这个老和尚犹豫半天，因为他人也老了，走路也不是很方便，于是就慢慢慢慢地走。看了他的行为，这个居士就生起一种信心。因为他走路很缓慢，年龄也老，威仪也非常如法，自然而然让人生起极大的信心。

到了那里之后，女居士先供养斋饭，饭后陈设法座，请老和尚坐在上面，女居士就开始求法。因为老和尚也没有什么准备，他就很伤心、很惭愧地感慨说：“人愚痴，无智慧，是痛苦。”意思就是说，我很愚痴，没有智慧，所以很痛苦。

但是听到这个话之后，女居士认为老和尚已经给她讲了最甚深的窍诀。她说：“一切痛苦的根本是无明愚痴，有了无明愚痴就会产生各种各样的痛苦。原来十二缘起的因缘就是从无明开始，从而有了整个三界轮回的苦；如果断了无明，肯定就会获得解脱。”

老和尚说完之后就跑了，而这个女居士一直在想：“老师父在那么短的时间当中，就给我讲了那么殊胜的窍诀。”后来她确实已经证得了初果，所以非常感恩老和尚，就准备了很多金银财宝去感谢他。

但是老和尚特别不好意思，回去之后在房间里面锁着门不出来。女居士在外面很想供养他，但是他担心又要被问问题。老师父的师父知道了这个情

况后，就出来给大家传法，后来老和尚也得了果。

所以说，无明愚痴是一切烦恼和痛苦的根本。但是如果我们认识到无明愚痴的本性，就会从烦恼痛苦中获得解脱。昨天是愚人节，很多人觉得把别人欺骗一下就很开心。我后来想一想，我们在三界轮回当中，本来都已经被各种诱惑欺惑得很不错了。

大家应该知道，我们每个人还是很愚痴的——本来无常的东西执著为常有，本来没有我的东西执著为有我，本来空性的东西执著为不空。其实我们本来都已经颠倒了，不用再增加一个愚人节。即使没有愚人节，我们也是天天都在过“愚人节”，所以没有必要再特意欺骗。

我在想，很多人需要认识愚痴的本性。在这方面，佛教当中的确有特别甚深的道理。这并不是因为我是佛教徒、我爱佛教，所以我要这样赞叹，不是这样的。对于佛教的道理，我们作为一个人，站在特别公平的平衡线上去评价的时候，是不得不承认的。因为对于这些真理，我们是通过智慧来分析、抉择的；如果仅依靠信心，我们可能会处于一种极端或者偏狭、偏堕当中。因此，通过闻思来认识佛教的真理是很重要的，但更重要的是，要通过修行来认识无明的本性。

总之，业的根源是无明。

戊二（宣说不善业）分二：一、宣说分基；二、宣说分类。

己一、宣说分基：

下面宣说不善业的分基和分类，不善业实际上分为十种。

令堕轮回上下趣，十不善业各自现，

十不善中次第分，身三语四意三业。

“令堕轮回上下趣，十不善业各自现，”让我们堕入三界轮回当中任何一处感受痛苦的，实际上都是十不善业。它有时候让我们在上面的人界、天界、阿修罗界的善趣界感受痛苦，有时候让我们堕到下面的地狱、饿鬼、旁生的三恶道。

“十不善中次第分，身三语四意三业。”下面所讲的十不善业有不同的次第，这些不善业让我们堕在三界轮回当中，始终不能离开。概括起来，身体有三种不善业，语言有四种不善业，意有三种不善业。

当然，在座的每一个人都了解十不善业，但是要取舍善业和不善业的话，对每个人来讲还是非常困难的。佛陀所宣说的十不善业叫做自性罪——无论皈依没有、受戒没有，谁去造作都一定会感受果报的。如果你行持十善业，就会感受快乐的果报；如果你行持十不善业，就会感受痛苦的果报。这是一种必然的现象。

我们讲《俱舍论》的时候，把业分为思业和思作业。思业指的是心造的业，思作业就是思想的作用所产生的业，即外在的身体和语言造作的业。有漏业也可以分为黑业、白业和花业，花业是善恶夹

杂的业[17]。

对每个人来说，认识十善业是很重要的。我去年去北师大，专门给他们讲了十善业。我说："十善业的确是佛陀在两千五百多年前宣说的，但实际上也是现在每一个人最标准、最基本的行为规范。你看能行持十善业的，不管是什么国家的人，都应该是非常好的；如果不能行持十善业，从世间角度讲，这个人也是没有底线的。"因为现在社会上经常犯法的这些人，连行持十善业都没有做到，要么贪污，要么杀人，要么做各种不如法的行为。

关于十善业，在我们藏传佛教当中，最初由囥弥桑布扎翻译了《十善业道经》；汉地也有《十善业道经》，它是《佛说海龙王经》中的一品，我以前也看过。这里面讲到了十种善业，即断除十种不善，每一种善业都有不同的功德，有些是获得五种功德、三种功德、八种功德，大多数会获得十种功德。在汉传佛教当中，大家也是非常重视这部经的。

因此我们有时间最好把《十善业道经》好好地学习一下，学习之后就会知道，如果能行持十善业，就可以表现出一个好人的基本行为了，这也是非常重要的。

己二（宣说分类）分三：一、身业；二、语业；三、意业。

下面分别讲十不善业，首先讲身体的三种不善

17 《俱舍论讲记》："根据业的本体不同，可以将其分为黑、白、杂、无漏业四种。"

业。

庚一、身业：

故意无误杀他众，同分殴打等害命，

不与取即盗他财，同分狡诈受他财，

与他所属行邪淫，同分非处不净行。

我们任何一个佛教徒，一定要懂得哪些是十善业，哪些是十不善业，它们的同分是什么。这些不但要学习，而且平时不看书也一定要能说出来。

在藏地民间有种说法：某某修行人修行特别差，连十善和十不善都说不清楚，连十善和十不善的取舍都不懂。我们现在的佛教徒当中应该不会有这样的，但是也很难说。有些佛教徒好像在行为上特别容易犯十不善业，但是他还一点忌讳都没有，觉得自己很了不起的样子。有些皈依多年的佛教徒，甚至有些出家人也显现一些愚者的相。所以我们应该学习这样的道理。

“故意无误杀他众，”首先是身体不善业当中的杀生，就是故意地、无误地杀害他众。

首先是“故意”，不是无意当中杀生，无意当中的杀生虽然有罪业，但是并不严重。

那天我们去美国的时候，耶鲁大学里面其他宗教的个别人说，他们对戒杀非常重视，平时都带着口罩，因为害怕嘴里飞进小虫，平时走路都非常注意。所以，在其他有些宗教当中，人们有这种同情心、悲心，对杀生也是非常注意的，对一般的众生

都不会杀的。这主要是耆那教。

其次是“无误”。如果他想杀这个人而没有杀到，反而杀了另一个人的话，那就没有犯所有的罪业。

其实不管是杀人也好，杀动物也好，一般来讲，在佛教的任何行为当中都是遮止杀生的。因此，我们在间接杀生方面也要尽量地遮止。有些佛教徒不直接地杀生，这是非常好的，但是可能会间接地杀生，比如吃肉实际上就是间接杀生。如果我们不吃肉，就会减少对动物生命的威胁。

可是很多人并不清楚，市场上的肉食，背后付出了很多生命的代价。由于我们的教育和广告等各种原因，现在很多人甚至认为鱼虾是素食。我们有时候到一些地方去，说我们吃素的话，他们会说：“噢，那你们还是可以吃虾、吃鱼吧？”他们认为虾和鱼都是没有生命的，真是特别愚昧、特别可怜。

所以这里要求蚊虫以上都不能杀，真正的佛教当中是这样的。当然，居士五戒中的杀戒是以杀人为犯戒标准的，而这里说其他的众生也都不能杀。

“同分殴打等害命，”它的同分就是殴打对方——虽然不杀，但是跟对方打架，比如打掉牙齿等（众笑）。大家也不会这样的，对吧？“以牙还牙”的话，没有牙齿就没办法还，只能以牙龈来还。总之，殴打等行为是杀生的同分。

所谓“同分”，是指跟它类似的行为，不算真

正的杀生。但即使你没有杀他，可是你打他、揍他，或者以很多行为害他，实际上也跟杀生比较相同。所以“同分”就是比较相同的，不是圆满的犯罪，但有部分罪业的意思。

“不与取即盗他财，”第二个是不与取，即偷盗，也就是以贪心来偷他人的财富，把别人的财富归为己有。

“同分狡诈受他财，”它的同分，是以一些狡诈的行为接受他人的财产。

我觉得现在的很多广告，有时候也完全是一种不与取的行为。听说有些药的广告在十七年当中欺骗了无数人，说“这个是如何如何好”，大家都只听一个广告，就认为这个确实对身体很好，对智慧很好，增强免疫力等。结果商家就在很多年当中通过某种方式来欺骗大家。现在很多人是用这种狡诈的、非常不合理的方法来索取财物的。

当然偷盗有很多途径，有些是抢别人的，有些是借了别人的财物不还，有些是用方便方法，包括现在通过网络、技术来盗别人的财产，这也是一样的，这就是偷盗。

偷盗也非常可怕。现在光是一个人就有贪污七十多亿、两百多亿的，这实际上也是犯盗戒。如果我们刚开始就受三皈五戒，不要说七十亿，连七万块钱都不会盗的，这也是一种约束，所以在行为上很需要一种戒律。这是第二个戒律。

“与他所属行邪淫，同分非处不净行。”第三个是家

庭方面的，即邪淫。比如跟别人的妻子、别人的丈夫有不合理的行为，就犯了这种罪业。所以并不是说所有的不净行都是邪淫，而是指不合理的行为。非时、非处（比如在三宝所依前）的一些行为是它的同分罪业。

现在世间当中，人们的贪欲比较强烈，因为欲界众生的贪欲跟其他烦恼相比，本来也是比较强烈的。像地狱众生的话，嗔恨心是比较强烈的；天人的放逸比较强烈。

在这样的贪欲驱使下，再加上现在的电视、电影以及各种各样毁坏行为的宣传品，人心会在很短的时间内受到干扰和影响。

这称之为第三种不善业——邪淫。

以上三者叫做身体的三种罪业，一定要断除。下面讲语言的四种罪业。

庚二、语业：

妄语骗他知词义，同分直言欺他心，

离间言说挑拨语，同分他言复传离，

绮语恶论无稽谈，同分无关非法语，

粗语刺伤他心言，同分令他不悦语。

这四种语言我们都知道，但是真正分析的时候，比如什么是妄语，很多人就不一定非常明白了。在语言的四种罪业当中，首先讲的是妄语。

“妄语骗他知词义，”什么是妄语呢？就是以改变

他人想法的意乐，跟别人说一些不切合实际的、欺骗他人的语言。而别人也已经听懂了他所说的话。

比如，我本来没有得到一些特别深的果位，但我却说："啊，我获得了很深的果位。"有些人经常说一些梦境，我觉得可能是妄语，比如，"啊，我昨天梦见妙音菩萨来了"，"我昨天做梦，看到释迦牟尼佛的佛像发光"。

现在有些佛教徒说妄语非常厉害："啊，我昨天梦见文殊菩萨告诉我，要去喇荣依止您。"旁边的人听了都觉得有点过了，根本无法想象："噢，好像在无垢光尊者、宗喀巴大师的传记里面都没有那么精彩的内容，这个人很厉害！"

所以，应该尽量不说妄语。

"同分直言欺他心，"它的同分就是"直言欺他心"——语言是很直接的，但是是直接欺骗他人。

有时候人们认为，这个人语言很直、很直爽、很有个性的，但实际上，他是直接用一些语言来欺骗别人。佛教徒当中也有吧，他并没有用"婉言"，而是就用直接的语言来欺骗别人。

- **不要吃掉别人的信心**

我们不能说妄语，说妄语有很大的罪业。在《毗奈耶经》当中有一个公案。佛陀在王舍城的时候，罗睺罗在身边，有一群信徒来拜见佛陀。当时罗睺罗认为佛陀太累了，就说各种妄语来欺骗他们。罗睺罗说佛陀在鹰鹫山，他们就跑到鹰鹫山，结果没有找到，就很伤心地回来了。这时罗睺罗又

说：“噢，不是，佛陀是在那个地方。”这样一直说来说去，后来那些人特别不高兴，所有的信众都退失了信心，他们心想：“佛陀身边的人怎么都说这样的妄语？”他们后来可能已经知道了真相。

佛陀知道这个情况之后，就用一种婉转的语言来说罗睺罗。他把洗足器里面的水倒了一半，对罗睺罗说：“你看到水只剩下一半没有？”

罗睺罗说：“看到了。”

“沙门如果说妄语的话，他的善法就只剩下一半了。”然后佛又把水全倒了，说：“你看到了没有？这里面的水都没有了。”

罗睺罗说：“看到了。”

“沙门如果说妄语的话，善法就一点都不剩了。”后来，佛陀又把洗足器倾斜地放着，说：“你看到没有？洗足器这样倾斜着。”

罗睺罗说：“看到了。”

“沙门如果说妄语的话，所有的行为就已经斜了，是不正的了。”

现在有些佛教徒，认为自己说妄语好像很厉害、很成功，其实也并不是。

后来佛陀总结性地说：“宁吞热铁丸，犹如猛火焰，不以破戒口，噉他信心食。”宁可吞一个火焰猛烈燃烧的铁丸，也不应该以说妄语的破戒之口，噉别人信心的食物。“噉”是吞食、吃掉的意思。吃一些燃烧的铁丸都是可以的，但千万不要用说妄语的方式把别人的信心全部吞食掉了。

我们很多佛教徒，有时候真的是用妄语把别人的信心吞食了。别人生起信心很不容易啊！就像把一点点食品或粮食积累起来一样的。他拥有这个的时候，我们千万不能把它全部吞掉、吃掉！吃掉以后，别人就没有口粮了——没有信心了，没有信心他怎么生存啊?

我也经常看到一些上师身边的人说妄语：“不能见上师，上师现在病了，很危险！”其实上师根本没有病。

很多上师身边的人这样说妄语，我也犯过。以前在成都的时候，来了一群人想见法王。那是中午，上师刚刚接见完了，而且我们当时的时间安排得非常紧。但是他们来了，直接说不让见也不行的，实在没办法，我们就说：“法王现在已经睡觉了，不能见了。”

后来不知道通过什么消息，法王已经知道了，就说我们：“你们怎么中午的时候就让我睡觉？别人会想‘这个上师天天都睡觉，晚上是睡觉的时间，白天怎么还睡觉？’来的这些信徒你们不让见……”当时上师也显得不高兴，就批评我们。

有时候在上师身边也容易犯错误，自己也确实犯过这样的错误。但是有时候也很为难，因为又不敢每次来人都带到上师那里去见，有很多困难吧。

但我们作为佛教徒，的确不能吃掉别人的信心。我对这个教证印象还是很深的，希望我们千万不要以破戒的口“噉他信心食”，这句话大家一定要记住。

而且每个人在自己的行动中，也千万不要说妄语。有时候我们佛教徒，尤其是出家人当中的一些人，如果以前当过商人等，可能都已经习惯了，觉得自己说妄语很成功，本来已经到了某个地方，却说“我不在这里”。

我以前在北京，有一次遇见一个大老板，他给别人打电话的时候说：“我现在刚刚到上海。”他的秘书说：“你不要说，你不要说，他已经到了门口，你小声一点，你小声一点。”但他还是大声地说：“没事、没事……我现在刚到上海，我现在刚到上海，我没办法见你了。”

有时候人说妄语还是很可怕的——对方明明已经到门口了，而且他的秘书在旁边说“你小声一点，他刚刚已经到了这里”，但是他还在说。当时在吃饭，他坐在我们对面。我听到之后就想：“如果以后我给他打电话，他可能也会这样对我说吧？”好像人对人的信心都没有了。

《诸法集要经》当中讲过：“若人说妄语，彼速自轻懱，智者咸舍去，诸天皆远离。”如果一个人说妄语，自己很快就会遭到轻毁，智者们会舍弃他，诸天也会远离他。所以我们千万不要随便说妄语，否则有智慧的人会想：“这个人经常爱说假话，爱说妄语的，应该离开他。”诸天人、护法神也会远离。

所以大家说话要尽量注意。所谓“一朝被蛇咬，三年怕井绳”，人们一旦被某个人欺骗过的话，后来就经常比较担心、害怕，会有一种防备

心。

这是妄语，然后是说离间语。

“离间言说挑拨语，” 说离间语是挑拨别人之间比较好的关系。有大的离间语，比如在僧众、上师之间说离间语；还有中等的离间语，就是在普通的人与人之间，通过说一些是非来挑拨他们的关系。

现在很多人特别喜欢说是非。比如，说道场与道场之间、上师与上师之间、家庭成员之间如何如何。现在很多家庭的吵架，都是因为个别人特意去说了离间语。其实说离间语的人都有自己的目的，他心里会有些准备：“我要在这个人和这个人之间说……”表面上看，他好像对别人很好，但实际上他是有目的的。

“同分他言复传离，” 离间语的同分，即与它同类的语言是，他没有直接跟别人讲，而是通过其他途径，比如让其他人在中间传话，这样来讲离间语。总之，离间语就是打破别人之间关系的一种语言。

“绮语恶论无稽谈，” 绮语就是经常读一些恶论——对自相续没有任何意义的贪嗔痴的论典，还有经常说一些无关紧要的无稽之谈。

“同分无关非法语，” 它的同分或同类，是跟解脱和重大意义没有任何关系的是是非非的语言。

其实谈论电影、电视、军事、生意的语言，对于一个希求解脱者来讲都是没有任何意义的，所以都称为绮语。

现在很多人特别喜欢说绮语，尤其是中国人，

这方面可能说得比较多。不管是在车上也好，在房间里面也好，总是没完没了的一直啰啰嗦嗦。打个电话或者做什么事情，真正该讲的事情都不讲，却一直添枝加叶地说个没完。

我到一些欧美国家的时候，看到他们很多人就不爱说话，话很少，但是每一句都很有意义。他们平时经常看书，一直对学习非常重视。

现在，我们藏地的很多年轻人也是爱说绮语。以前藏地的很多人，平时就是念咒、观修，话不是很多的；但是现在，人们好像一直没完没了地说说说，说了半天，实际上也没有很多意义。这些都是绮语，对自己的解脱和修行无益。而且我们在说绮语的过程当中，难免经常讲别人的是非和过失。

包括现在网络上的一些言论，也是绮语。其实现在网络对人的损害确实也是非常大的。像古代的时候，很多有智慧的人可以通过文章体现他的智慧。但现在在网络上，讲求所谓的平等，每个人都可以发言，然后就是是非非地说很多。

所以，对于真正有价值的语言和没有价值的语言，很多人都很难分清楚。比如，《大圆满心性休息》是一本书，其他各种各样的人也写各种各样的书，所以我们在这样的时代当中，有时候很难分清真假。

“粗语刺伤他心言，同分令他不悦语。”粗语，就是给别人取外号或者骂别人，这些非常不悦耳的、刺伤别人的语言就叫做粗语。

其实真正的语言，应像《入行论》当中所讲：“出言当称意，义明语相关。”出言一定要真诚，意思要很明白，语言也要与环境、当时的事件等非常有关联，要说这样的话。

但现在很多人一开口就骂人。这方面出家人可能稍微好一点，但我有时候也会听到一些出家人骂人。他在辩论和佛法的讲考时口才不是很好，但在同行道友之间骂人的时候口才非常不错的，好像受过非常高等的训练一样，能讲出特别多的“专用名词”。所以佛教徒当中也有这样的。

其实我们佛教徒在说话方面应该讲文明，这很重要的，因为这些都是在阿赖耶上面造了恶业，这样的恶业很难清净。

庚三、意业：

下面讲心上的三种不善业。

贪心图财欲己有，同分贪他闻等福，

害心嗔恨损他众，同分不利生嗔心，

邪见常断无因果，同分增损等倒见。

“贪心图财欲己有，”心识的三种不善业当中，首先是贪心，就是怀有一种把别人的财产归为己有的想法，一直想：“不管怎么样，这个我有的话，多好啊！”

“同分贪他闻等福，”它的同分，是心怀愤恨并暗想自己获得别人的多闻等福德该多好。

现在的广告经常讲：“买什么样的房子很好，

买什么样的手机很好，买什么样的车很好，买什么样的衣服很好……”听了这些，很多年轻人心里面都想：“我拥有的话，多好啊！”

所以人比较愚痴，通过一些声音就产生贪心。有时候我觉得，现在的人贪心大也是有各种各样原因的。比如有各种各样的宣传，说：“这个多方便，多好啊！”看到这些广告之后，没有钱的人也很想要，最后就去偷盗，通过各种各样的途径去求财。这也是一种同分的罪。

总的来讲，一直想把别人的财富归为己有，这样的想法就是贪心。其实贪人、贪财都属于贪心。

“害心嗔恨损他众，”害心就是以嗔恨心想要损害别人，不管是暗地里也好，当面也好，一直想害他、想杀他。即使你没有说出来，但是心里面经常想：“我有机会应该揍他，应该好好地……”

“同分不利生嗔心，”它的同分就是不饶益他，可能经常想害他，心里面想：“以后有机会帮助他的话，我也不会帮助。”是这样嗔恨的心态。

其实现在很多人的嗔恨心也非常重。因为从小就看一些暴力、打仗的节目等，这也可能会培养嗔恨心。而且现在有些人打架的方法和行为，跟媒体宣传也有一定的关系。因为那些语言和动作全部都成为你的“工具”了。

因此现在的动画片和很多宣传物，其实是能增长人们贪心和嗔心的一种教材。在这样的社会当中，培养人的善心和善良方面的“工具”非常少，

培养贪嗔痴方面的却非常多。

"邪见常断无因果，"所谓的邪见，总的来讲有两种：一切都是没有的，生命也只有一次，这是断见；可以永远长生不老，存在永恒的东西，这是常见。常见和断见都是不合因果的。

"同分增损等倒见。"它的同分就是增损见。所谓增损是指，有的东西认为没有，没有的东西认为是有的。这样的颠倒见叫做邪见的同分见。

不管怎么样，我们对人和法，一定要有一个正面的了解。如果没有正面的教育和了解，就很有可能在根本不知道的情况下诽谤佛法和善知识，这个罪业是非常大的。不仅仅是对善知识，对其他人的非议、诽谤和评价也一定要谨慎。这是非常值得注意的。

- **不要评价任何人**

《大车疏》里面引用《宝积经》的教证说，释迦牟尼佛对迦叶尊者说："吾与同吾者，方能认定法与补特伽罗，凡夫不可认定法与补特伽罗。否则，会堕落之故。"这句话非常重要。

我们在座的很多人，经常讲一些是是非非，讲一些别人的状况："这是成就者，这不是成就者……"别人经常打电话跟我说"那个上师不好，这个上师好"的时候，我对好和不好的评价都没有。我经常在电话里面说："噢，对不起，对这个事情我一般不评价，你们自己看吧。"这说明我是不敢评价的，没有这个智慧。因为佛陀说，像我和

我这样的人才可以对法和人评价，而其他的人都没有这个能力，凡夫人如果去评价是会堕落的。

所以我们对人、对法一定要注意，时时刻刻处于一种善心的状态是非常重要的。《正法念处经》当中讲：“一切时一心，常勤修善业。舍离不善者，此是智慧相。”在一切时候，我们应该一心一意地精勤修持善业，尽量舍离一切不善业。如果能做到这样，这就是智者，这就是智慧相。

我们要尽量在一切时候修持善业，虽然凡夫人不可能十不善业一个都不犯，这一点恐怕确实做不到，但是以前爱说妄语的人，从现在开始不要说妄语；以前爱杀生的人，从现在开始不要去杀生；以前爱说离间语的人，不要去说离间语；以前邪见特别重的人，从现在开始要放弃邪见。佛陀也专门讲过“十不善中邪见重”，十不善业当中邪见是最严重的。现在很多人邪见很严重的，听佛法也不相信，对人的评价也是：“这个是坏人，那个是骗子，所有的人都是……”

其实我们观清净心的话，一切都是无利无害的，所以最好不要评价任何人。有些人当面好像是赞叹，但实际上是诽谤。有些人说“某某跟这个出家人、跟那个出家人应该关系不太好，应该是什么什么”，“某某上师和某某，某某弟子和某某弟子之间也是有什么”。

如果你是一个管家，要整顿僧众的戒律的话，你有权力去说；其他人的话，一般来讲，对任何的出家人和在家人都不要评论。在佛教团体当中，希

望大家不要以各种恶语、妄语、离间语进行诽谤。如果造诽谤业的话，我觉得非常可怕。

大家应该像我刚才所讲的一样，“一切时一心，常勤修善业”，要在一切时中修善业，然后“舍离不善者，此是智慧相”。《正法念处经》里面是这样讲的，这还是很重要的，大家应该记住。

第二十三课

思考题：

【知识类】

1、什么是异熟果？十不善业的异熟果是什么？

2、什么是同行等流果？依靠同行等流果可以合理解释哪些现象？

【修行类】

1、十不善业的感受等流果分别是什么？在当今时代有哪些表现？

2、什么是士用果？了知业果的增长率对你的修行有何启发？

【生活类】

1、十不善业的增上果分别是什么？通过学习这种道理，你对于环境保护有了哪些认识？

2、学习了十不善业的道理之后，你打算在身口意上做出哪些改变？

今天继续讲《大圆满心性休息》。现在已经讲了二十多堂课，显宗部分我们准备讲大概四五十堂课。

很多道友听课的时候很认真，从头到尾一直没有间断过。我们听什么法最好都传承圆满。为了听课，很多人在工作上确实需要调整时间，但是都在努力当中。我们学院的大多数道友，在这方面也做得非常不错。

以前上师如意宝讲过：“不管是听什么法，如果各方面的因缘具足，最好是善始善终。”我也一贯是这个原则。如果各方面的因缘具足，大家一定要听圆满。

我自己觉得，讲这个法的过程中，好像自己也自然而然、不知不觉地得到了很多加持：一是无垢光尊者的加持，在末法时代，他的智慧的力量和加持不可思议；二是他所讲的《大圆满心性休息》的加持。

如今是21世纪，在这样的一个时代当中，人们都觉得特别累，觉得有很多压力。虽然星期天都在休息，但还是处于一种压力和痛苦当中。而通过这种法门，我们的心的确能得到显宗说法中的“休息”，和密宗说法中的“休息”。这是非常有意义的。

丁三（果报）分三：一、略说自性；二、各自分类；三、彼等摄义。

戊一、略说自性：

境心意乐加行劣，行十不善之果报，

异熟果与等流果，增上果及士用果。

听过《大圆满前行》的人，对这个颂词字面上的大概意思应该是比较明白的。十不善业的果报，有异熟果、等流果、增上果和士用果，这叫做十不善业的四种果。很多论典当中，一般讲前面的三种果；后来很多大德的窍诀里面增加了士用果。

“境心意乐加行劣，”前面所讲到的这十不善业，每一种业的圆满都需要四个支分，以造杀业为例：一是对境无误，即杀生的对境要圆满；二是动机，刚开始是恶劣的、想杀对方的动机；三是意乐，在造业的整个过程中，他的意乐或思想没有放下；四是加行不善，是指杀生整个过程的行为要全部圆满。以上对境、动机、意乐、加行四个因缘具足的时候，这种不善业就圆满了。

从这个学期开始，上半年我们这边的讲考改为《经庄严论》和《大圆满心性休息》这两门课。其实参加讲考的人还是很认真的，态度上还是不同的；没有参加讲考的人就比较放逸、放松，心经常散乱。所以考试的压力还是很不可思议的。

“行十不善之果报，异熟果与等流果，增上果及士用果。”十不善业的果报有异熟果、等流果、增上果和士用果这四种。

下面会讲这四种果的详细分类，首先讲异熟果。

戊二（各自分类）分四：一、异熟果；二、等流果；三、增上果；四、士用果。

己一、异熟果：

小品不善转旁生，中品不善转饿鬼，

大品不善堕地狱，感受异熟之苦果。

上面所讲到的十不善业，每一个都可以分为上品、中品和下品，也就是说十不善业都有大小。比

如杀生，如果意乐强烈，生起了非常强大的嗔恨心，杀害的过程也非常残忍，那就是大品不善业；中品不善业处于中等程度，比如杀错了对境，或者没有圆满所有的支分；下品不善业是，虽然杀害了对境，但意乐等条件没有全部具足，只有个别的因缘具足。

按照《俱舍论》所讲，杀生为主的十不善业，根据意乐、行为、时间、手段等各方面因缘的不同，轻重也是不同的。

"小品不善转旁生，"造小品不善业会转生为旁生。比如，妄语有大妄语、中妄语和小妄语。说小妄语，如果严格一点的话，很有可能转生到旁生当中去。

所以对于十不善业，大家一定要注意。现在有些人认为，学佛的人要守持十不善业的戒，而不学佛的人就可以随意地犯。实际上不是这样的。就像吃毒药，不管有信仰还是没有信仰，谁吃都对身体不好；接触燃烧的火，不管有信仰还是没有信仰，谁接触都会烧到身体；做违背国家法律的事，不管有信仰还是没有信仰，谁做也都没有什么差别的。违背了自然规律，就一定会感受果报。

所以在这个方面，我们还是应该想一想。因为这并不是说：佛教徒要注意，不然会堕地狱；如果不是佛教徒，那杀生也不会有什么过失，说妄语也不会有什么过失。这样就已经搞错了。

"中品不善转饿鬼，大品不善堕地狱，感受异熟之苦果。"中品不善业转为饿鬼，大品不善业转生到地狱

当中，感受异熟的苦果。

异熟果有不同含义：由不同的因成熟为一种果，也叫做异熟果；一种因逐渐成熟，最后产生果报，也可以叫做异熟果。

按照《大毗婆沙论》所说，共有三种异熟果的业：一种是顺现法受业，即生造业，即生当中马上能感受到果报；一种是顺次生受业，即生造业，下一辈子就会感受果报；还有一种是顺后次受业，即生造业，这一辈子和下一辈子都感受不到果报，但过了一世、二世以后的某个时候，一定会感受到这种果报。这些我们在其他论典当中也讲过。

不管怎么样，业会一直如影随形。《大智度论》中有一个比喻：无论众生到哪里去，以前造过的业就像债主一样一直追着你，只要债没有还完，他就会一直跟着你；同样，众生不管是到天上、水里还是人间，业也会一直跟着你[18]。

再比如，没有被毁坏的种子，一旦因缘具足，它的果一定会成熟。异熟果也是同样，其种子一直以随眠的方式住在你的相续当中，一旦因缘具足就会成熟[19]。当然，善业的异熟果是感受快乐，而恶业的异熟果就是转生地狱、饿鬼、旁生。

如果某个异熟果非常严重的话，很有可能是先堕

---

[18] 《大智度论》：“诸业无量力，不逐非造者；果报时节来，不亡亦不失。从地飞上天，从天入雪山，从雪山入海，一切处不离。常恒随逐我，无一时相舍，直至无失时，如星流趣月。”

[19] 《大智度论》：“积集诸业乃至百千万劫中，不失、不烧、不坏，与果报时不亡。是诸业能久住，和合时与果报；如谷草子在地中，得时节而生，不失不坏。”

地狱，然后堕饿鬼，再堕旁生，最后转生人间感受痛苦。我们以前讲过的很多公案当中都有类似的情况。

以上讲的是异熟果。

对于《心性休息》，这次大家学得都比较认真。大家作为佛教徒，更应该精通这样的道理，而且也不得不精通。如果没有精通，就会像米拉日巴尊者所说：粗分的因果见解都没有的话，那细分的空性见解更是没有办法安立。所以，我们如果连最简单的“善有善报、恶有恶报”的道理都说不清楚，那么更深的空性见解更是根本没办法的。

己二（等流果）分二：一、同行等流果；二、感受等流果。

庚一、同行等流果：

等流分二同行果，经说所行同其果。

佛经当中讲到，等流果分为同行等流果和感受等流果两种。这里先讲同行等流果。

《百业经》《正法念处经》等很多经典当中讲，所谓的同行等流果，与众生今生的爱好有非常直接的关系。即生当中，如果你喜欢跳舞，说明你以前就有这方面的习气；如果你喜欢看书，说明你以前也是这样的人。

有些人从小就喜欢打架，有些人从小就喜欢偷东西……还有些人说“我喜欢吃甜的”“我喜欢吃辣的”“我喜欢艺术”……有些人选择专业的时候，因为父母是医生，他们就很想把自己的孩子

也变成一个医生，但是孩子的相续当中没有医生的“DNA”，他要变成歌手，他喜欢其他的专业。这一点我们也经常看得到。

其实每个人的爱好和习气都是不相同的，我经常用双胞胎的比喻说明这一点。有些人可能自己也觉得：“噢，我前世应该是一个特别坏的人，因为今生当中，自己的很多行为都无法改正。”这一点不用别人说，自己也应该非常清楚。

戒律里面也讲过，在佛陀的教法下，有个比丘已经获得了阿罗汉果位，断除了所有烦恼，但是他到了森林当中的时候，因为以前当过猕猴，就经常爬到树上去，在树上跳来跳去。阿罗汉也有这样的。

同行等流果不仅仅是一个“同行果”，它在身体上也有影响。以前有一位牛龊比丘，他本来是守持过午不食的戒律，到了午后就不能吃东西了。但到了下午，他还是一直在嚼东西，一直在吃，就像牦牛一样，牦牛一般白天吃了东西以后，到了下午和晚上空的时候就开始反刍——把之前吃的东西嚼细了以后再吞下去。后来其他人就告诉佛陀，问应该怎么办。

佛陀说：“他这样不会犯过午不食戒，因为他前世当过牛，所以今生当中生理上也比较特殊。”

所以，人今生的行为确实跟自己的习气有非常大的关系。我以前看过，有些孩子非常非常小，就会跳各种各样的舞蹈，比如西方的迪斯科。音乐一放起来，虽然那个孩子好像还站不起来，但他的肉

就一直在跳动，还是很厉害的。有时候想想，习气还是比较可怕的。

我自己也想，我的前世是什么样的人呢？可能是爱看书的人。因为我从小就特别喜欢书，现在也是这样。我今天本来想发一个微博说：在世间所有的东西当中，我认为最可靠的，尤其让我生欢喜的就是各种各样的书。

在我还不会说话的时候，我一哭他们就拿一些书来哄我，有了书我就不哭了。但是到底是什么样的书也不好说，也许是一些好的书，也许是一些不好的书。

总的来讲，我还是对佛经论典有兴趣，对世间各种各样乱七八糟的书没有什么兴趣，在学校里面是这样，出家后也是如此。

所以我觉得，每个人的习气确实有点不同。以前如果有些人说“我不想看书”，我就想：“这个人为什么不想看书？看书是那么好，我那么想看书。”有些人经常说：“哎呦，我最大的毛病就是不想看书，其他都很好，一看到书我心里就不舒服。”但我是恰恰相反。所以人的习气确实不相同。

除了爱看书，我也根本不知道自己的前世是什么样。那天他们说网上有个催眠录音，我就试着听了一下。试着试着，当心到了比较深层的时候，我就看到了一些东西，我在想这是不是前世啊？但是后来一想，好像不是，因为有电脑、手机等很多东西。我想，我来到这个世界的时候，电脑、手机都

是没有的，所以这肯定不是我的前世，而是我现在的习气。虽然我看不到前世，但我相信前世肯定是存在的。尽管催眠术没有成功（众笑），因为现在经常用手机等东西，所以当时这个习气就浮现在面前。

所以对于同行等流果，很多人就不用问别人了，只要看看，有些人喜欢这个，有些人喜欢那个，这就是同行等流果。

庚二、感受等流果：

佛说感受等流果，虽已获得诸善趣，

亦成短寿多病者，资具贫乏敌共用，

夫妻丑陋成怨仇，多遭诽谤受他欺，

眷仆恶劣不和睦，所闻粗言成诤语，

语言无力辩才微，贪欲强烈不知足，

不求饶益他害处，极为狡诈具恶见，

十恶依次各具二，此为感受等流果。

“佛说感受等流果，虽已获得诸善趣，亦成短寿多病者，”虽然已经获得了人天（人间和天界）善趣的果报，但还是会感受痛苦。

首先是杀生的感受等流果。杀生的感受等流果是，他的寿命是很短的，而且活在世间的时候也特别多病。

我们有些道友也是这样，一会儿头痛，一会儿胃痛，一会儿肝痛，一会儿肺痛，这里也痛，那里

也痛，今天心痛，明天身体痛。这应该就是前世杀生的果报，这一点是毫无疑问的。

我以前有一段时间，脊椎的病特别严重。当时我就想，我以前肯定是西班牙人，那时造过杀生的业。因为这一辈子我在感受脊椎上的病痛，所以就这样推理。

有些人身体多病，有些人寿命特别短，甚至活不了多久，无论怎么念经，怎么看病也没有办法。因为前世的有些业真的要现前的时候，我们即使念经、求加持、看病，也还是无济于事。

有些老乡经常跟我说："您给我看一下，我现在眼睛看不到，给我吹一下。"其实怎么吹也是没办法的，即使佛陀吹也无济于事，因为你以前可能是伤害了其他众生的眼睛。当然，对于恶魔、地水火风的暂时违缘，通过三宝的加持也可以遣除。但是我们不能把所有的希望都寄托在别人的加持或者医生的治疗上，有些是根本没办法的。

每一个不善业都有两个感受等流果。大家一定要想想，我即生当中为什么多病，我家里的人为什么很年轻就死了，好可惜啊！但这是为什么呢？就是因为有感受等流果。

"资具贫乏敌共用，"第二个是不与取的感受等流果。有些佛经中也讲，前世不与取的人，在即生当中有四种果报：一是自己的钱财越来越少，二是经常受到王法的惩罚，三是经常感到恐惧，四是常有各种因缘毁坏钱财。

现在有些人，钱刚拿到手里，不知怎么回事，一下子就全花完了，钱包永远是空的。这就是不与取的感受等流果：一是资具贫乏；二是自己虽然有点钱，但是经常被别人用了，或者被盗走了、抢走了。确实，现在有些人自己有一点钱的时候，经常被家人或亲朋好友拿跑了。

以上是不与取的感受等流果。

“夫妻丑陋成怨仇，”这里讲邪淫的感受等流果。刚才在身体的三业当中，已经讲了“杀、盗”，现在是讲“淫”。

邪淫的感受等流果，一般是得不到自己特别合意的对象、家人等；即使找到了伴侣，也是特别难看、非常丑陋；或者即使找到了还可以的，但最后还是经常吵架。

现在世间的很多人，结婚以后很快就离婚了；或者虽然没有离婚，但也是身体没有离，心早就已经离了，有各种各样的情况。包括现在的家庭关系也越来越复杂，这实际上也是邪淫的感受等流果。这些人认为对方的脾气不好、人格不好，但实际上是自己以前造了这方面的业，所以才会感受这个果报，这个一定要搞清楚。

“多遭诽谤受他欺，”第四个是妄语的感受等流果，即经常遭受诽谤和别人的欺惑。

我刚才讲的牛齝比丘就一直遭到别人的诽谤。因为当时一方面，他吃饭的时候就像牦牛吞草一样，有牛的特点；另一方面，他的脸也特别难看，

长得有点像牛。佛教也因此遭受了一些诽谤，很多人就说：“啊！释迦牟尼佛的教法当中还有那么难看的比丘啊！”

后来大家就问佛陀：“每次牛齝比丘出去应供，都受到人们的各种诽谤，怎么办呢？”佛陀说：“人类特别喜欢以貌取人，所以人间是很不好的（用现在的话来讲，人间是‘外貌协会’）。因此牛齝比丘最好到天界去应供，天人一般不会这样的。”

因为牛齝比丘得了阿罗汉果位，所以他也答应了，就到天界去了。天人一般不会因为这个人很难看，就谁也不理他，也不会因为这个人很好看，就即使没有本事，也愿意接受他。所以牛齝比丘获得阿罗汉果以后，就再也不敢来到人间，一直在天界。（众笑）

所以，即使获得了阿罗汉果位，也会遭受各种各样的诽谤，因为以前曾欺骗过别人。同样，有些人在即生当中也经常遭受诽谤，不管是在网上，还是在任何群体当中，他们尽管还是比较不错的，但天天都被别人诽谤，或者经常受到别人的欺骗、欺惑。他自己也特别生气：“你怎么欺骗我啊？我最受不了的就是欺骗。如果有人欺骗我的话，那我就不客气了！”但也没办法，你前世欺骗过别人的话，即生当中肯定要感受果报。很多人越是不想受欺骗，就越是经常被欺骗。所以虽然很多人心里想：“谁也不准欺骗我！”但是你光说“不准欺骗”也不行，你的业力现前的时候，谁也制止不了的。

总之，妄语的感受等流果就是遭受诽谤和欺骗。

“眷仆恶劣不和睦，”第五个是离间语的感受等流果。前世说离间语，今生的感受等流果是什么样呢？就是自己周围的人不团结、不和睦；自己的眷属一个比一个性格恶劣、智慧低劣、没有道德。

现在有些老板觉得非常烦，因为他下面没有一个人才，所有的人才都跑了，剩下的都是一个比一个坏。这也是自己前世说离间语的一种果报。还有的人，他的眷属、周围的人经常不团结、不和睦，每天都争执不息。这也是因为自己前世说了很多离间语。

其实学了这些以后，相信因果的人应该想：“噢，即生当中我应该注意，如果连十不善业都没有断除的话，我生生世世无论在哪里——地狱、旁生界或是人间，都会非常可怜的。”所以学习业因果，对所有人来讲都特别重要。

以上是讲离间语的感受等流果。第六个是粗语的感受等流果。

“所闻粗言”自己整天听到的都是别人的谩骂和粗言恶语。

有些人可能由于前世的善业力，经常受到别人的赞叹、赞颂，或者经常听到特别温和、合意的语言。但是有些业力现前的众生，每天都被别人骂——家人也骂他、朋友也骂他、同事也骂他。

包括在读书的时候也是这样。我们以前读书的

时候感觉很深，有些同学没有做什么好事，但是大家都看得上他，都特别喜欢他。而有些人没有做什么坏事，但是很多人都整天诋毁他、说他。

你们很多人也是在这样的群体当中成长的，大家回顾自己的人生时，也能找到自己的影子，也能知道别人到底是什么样。确实因果是不虚的。

“成诤语”而且，他自己所说的很多语言都变成了争论的因。

比如我今天说一句话，如果我有说恶语的感受等流果，那么这句话就会马上变成很多人的争论之因，“噢，堪布说的……”，最后我自己也被牵涉进去，特别不好。

现在我们有些道友经常这样，今天跟这个人关系不好，因为他说了什么什么；明天跟那个关系不好……我觉得居士当中，说恶语果报成熟的人也比较多。所以，大家以后要尽量说温和的语言。我看有些佛教徒根本不在乎这一点，特别可怕。以前我们学过《百业经》等经典，所以说话方面还是比较注意的，但现在很多人好像不是这样。

“语言无力辩才微，”第七个是绮语的异熟果报。

一是“语言无力”。人还是很有差别的，有些人说一句话，成千上万的人都非常接受，而且他的语言也特别有能力、有分量。

但有些人说了半天，说了很多，可大家根本听都没有听。包括发言、演讲或者平时说话，有些人在群体当中说话根本没有力量。而有些人在电话

里面却可以说得很清楚，虽然说得不多，但一两句话就很打动人，一听到这个人“喂”的时候，马上就知道，他说话肯定很有力量，而有些人则是：“……好痛苦……加持一下好不好……”（众笑）

二是“辩才微”。就是没有辩才。前世说绮语的人，不管是辩论、讲考还是平时说话，在任何场合当中，他都特别畏惧、恐惧，好像没有一点自信。

如果前世没有说绮语——该说的话说，不该说的没有说，他今生的语言就会很简洁，无论在任何场合，说话都会非常清楚。

“贪欲强烈不知足，”前世产生强烈贪欲的人，即生当中的感受等流果也是一样，他的贪欲非常强烈，跟谁都不相同，对人、财物等都没有满足感。

“不求饶益他害处，”害心的感受等流果是，不会得到任何饶益，而且经常受到别人的陷害。

“极为狡诈具恶见，”邪见的感受等流果是，他自己的为人很狡猾，思想、心态都非常狡诈；还具有各种各样的恶见[20]，即常见、断见的邪见等。

“十恶依次各具二，此为感受等流果。”上面所讲到的十种不善业，每一个都具有两种不同的果。比如杀生有短命和多病这两种果。同样，邪淫有夫妻丑陋和家庭不和睦这两种果。

《中观宝鬘论》和《前行》当中都讲了十不善

[20] 恶见：恶劣的见解，即我见、边见、邪见、见取见、戒禁取见五种。

业的感受等流果。这些痛苦都是我们的亲身感受，所以我们完全能看得出来，自己在人群当中到底感受着什么样的果报。

己三、增上果：

成熟外境增上果，不净依他起即时，

杀生环境极贫瘠，树叶花果饮食等，

力微损寿难消化。不与取生畏惧处，

庄稼果实不成熟，常遭霜雹饥灾荒。

邪淫生于粪淤泥，污秽不堪恶臭境，

狭窄悲惨不悦意。妄语生于畏不合，

财富不稳受欺境。离间语业所生处，

深渊狭谷悬崖等，凹凸难行不悦境。

粗语生于盐碱地，瓦砾荆棘枯树干，

尘土飞扬劣果蔫，令人不喜粗糙处。

绮语生处果不熟，不长稳住季颠倒。

贪心生处果等少，糠多见贤时节变。

害心生处稼苦辣，王蛇盗匪野人等，

自然灾害众多境。邪见生处无宝源，

药树花果极鲜少，无有依怙无亲友。

“**成熟外境增上果，**”增上果不是成熟在自己的身上，而是与生活的整个地方、周围的环境，甚至自己的房屋等有关系。

比如说在我们学院里面，在同一个时间当中，有些道友就处在非常干净、特别悦意的地方；而有些则处在一个不太干净的地方。

城市里面也是这样。有些家庭处在花园里面，门一打开，花园的花香就扑鼻而来；比较而言，有些人就处在不是那么干净的地方。这也是因为人的业力不同。

“不净依他起即时，”心的依他起显现于外境，也就是成熟在外境上面。依他起也是非常关键的，我们阿赖耶上的习气，以各种因缘的转化，最后显现在外境上。

所以表面看来，好像我是偶然转生在这个地方，在这里上班，在这里生活……但实际上，这些跟自己的业力还是有非常复杂的关系。

有时候去一些比较发达的国家，就觉得：“这里人们的增上果多好啊！”而有时候去一些特别偏僻的地方，尤其是特别贫穷的地方，看到整个地方的人都处在这样的环境当中，就会自然而然想起这里所讲的增上果。

下面逐一解释一下十不善业的增上果。

“杀生环境极贫瘠，”以前杀生的人，他转生的环境非常贫瘠，各方面的资源都没有。像非洲和有些沙漠地带，这些地方的人就特别可怜。

“树叶花果饮食等，力微损寿难消化。”他们那里的树花、树叶、树果和饮食等都没有营养。“力微”就是力量特别弱，有些树可能完全不开花、不结

果，即使结果，果实的力量也非常微弱。而且食用后会直接损害寿命，对身体和心理有害，并且非常难以消化。有些众生转生的地方有很多毒药，而且那里所有的水果、食物都对身体非常不利。

这是杀生的增上果。

“不与取生畏惧处，”第二个是不与取的增上果。以前不与取的人，转生在非常恐怖的地方，比如经常发生战争和恐怖袭击的地方，就像中东地区的个别国家一样。

“庄稼果实不成熟，常遭霜雹饥灾荒。”他们那里的庄稼和果实经常不成熟，到了秋天常常遭受霜冻和冰雹的袭击，还会出现饥荒。

以前我去过一个地方，那里的农民在每一年的夏天都会胆战心惊，因为时常会有冰雹、霜冻或干旱的袭击，所以基本上每年都根本收不到庄稼，还有一些农田里面会有蝗虫等。

有一部佛经叫做《佛为首迦长者说业报差别经》，基本上把这里提到的增上果都讲到了，只是稍微有点不同。方便的时候，你们自己也应该看一下，好像是隋朝的瞿昙法智翻译的。

“邪淫生于粪淤泥，污秽不堪恶臭境，狭窄悲惨不悦意。”邪淫的人会转生到粪便、淤泥等污秽不堪、臭气冲天的地方，那里也是很狭窄、非常悲惨、不悦意的。

有时候同样是在一个环境当中，但有些人确实因为前世造了邪淫的罪业，所以经常跟厕所聚集在

一起，一打开门就有各种各样的味道出现。现在在很多城市等不同地方都有这样的情况，这也完全是众生的业力。

"妄语生于畏不合，"第四个是妄语的增上果。说妄语的人会转生到一些恐怖的地方，他自己心里也特别不愿意。有些人虽然在某个地方工作，但是他自己特别不愿意在那里，可也没有办法。

"财富不稳受欺境。"他的财富也不稳定。像现在有些人炒股票一样，今天稍微赚一点，过两天马上就没有了。他还经常受到别人的欺骗。这就是说妄语的增上果。

因为以前说过很多妄语，所以即生当中就财富不稳定、收入不稳定。现在有些商人确实也很可怜的。

"离间语业所生处，深渊狭谷悬崖等，凹凸难行不悦境。"说离间语的人，转生的地方有非常恐怖的万丈深渊，还有狭谷、悬崖、凹凸不平等特别不悦意的外境。

我有时候去马尔康，上去下去的时候，两边的……这样说可能马尔康的人有点不高兴，但也没办法。往返马尔康的路上，包括理县、都江堰那里，这边是河，这边是悬崖，这边是树林；中午十二点钟的时候，太阳稍微照一下，马上就没有了。我第一次去那里大概是1986年，当时刚刚学完《大圆满前行》，去了之后就一直想："噢，这应该是离间语的增上果。"

我当时跟他们也说了："你们这个地方的人说离间语太多了，以后不要说离间语，不然你们以后可能还会这样的。"但是他们自己觉得这个地方特别美。他们那边有个女的嫁到色达来了，他的父亲说："我那个女儿很可怜的，我们这么美好的地方都不愿意待，跑到色达草原去了。"他们自己觉得那里非常好。

但是我觉得，生在这样有悬崖、非常难行、凹凸不平的地方，都是离间语的果报。

"粗语生于盐碱地，瓦砾荆棘枯树干，尘土飞扬劣果蔫，令人不喜粗糙处。"说粗语的人就经常生在一些不长草的盐碱地带，那里有瓦砾、荆棘、枯树，尘土飞扬，而且果实也非常容易蔫、容易枯干，是这样令人不喜欢的粗糙之地。一些沙漠地带和非洲等有些地方也是这样的。

"绮语生处果不熟，不长稳住季颠倒。"说绮语所转生的地方，果实经常不成熟，即使生长也不稳固，因为那里的季节是颠倒的。其实现在的气候也经常有颠倒的现象。

"贪心生处果等少，糠多见贤时节变。"前世生贪心的人会转生到果实比较鲜少的地方，即使有一些果实，也是糠秕非常多，精华基本上没有。时节也是经常变化，不会让人快乐的。

"害心生处稼苦辣，王蛇盗匪野人等，自然灾害众多境。"产生害心的人所转生的地方，庄稼特别苦、辣，都成熟得不是很好。并且经常有国王、毒蛇、盗匪、野人等各种各样的危害，财富也不稳定。

“邪见生处无宝源，药树花果极鲜少，无有依怙无亲友。”邪见的增上果是，生在没有宝源、没有资源，药树、花果等也非常鲜少的地方，人们无有依靠处，也没有亲友。

以上讲了增上果，字面上大家应该会明白，《前行》当中也讲过了。我们自己的生处和所处的环境跟当地的众生还是有一定关系的。

有时候，我们看到个别众生的房屋和周围的环境都特别美丽；有些众生所住的环境也在变化，比如说原来住的地方很好，后来因为业力现前，就去往一些特别不悦意的地方了。此时，他自己也会想：“为什么以前那么美好，现在都变成这样了？”实际上是因为阿赖耶上有一种因缘和种子，这个种子一旦开始起作用，人就不得不在那样的环境中生活。

所以，关于因果的奥秘，如果我们去思维，每一个人应该会明白其中的部分道理。而全部的道理，只有佛陀才完全知道，因为众生造的业是非常多的。《诸法集要经》中讲：“轮回生死中，造无数恶业，唯佛当证知，余智不能了。”唯有佛陀的智慧才能完全明白整个因果当中非常详细的因缘关系。

因此我们学了增上果就知道了，自己所处的环境是快乐的还是痛苦的，所住的环境是非常美好的还是不美的，跟我们自己的业有一定关系，也跟当地众生的共业有一定关系。

己四、士用果：

不善业之士用果，所作增上生痛苦。

不善业的士用果是指，我们所造的任何一个业都有一种增长率，就像把钱存在银行里面，会有一些利润、利息不断在增长一样。同样的，我们相续当中的十不善业的罪业没有忏悔的话，就会成千上万倍地增长，会不断增多。这就是十不善业的士用果。

我们造的善业也会在相续当中有利息，会不断地增长。但如果我们相续当中有妄语、绮语、贪心、害心等恶业，它也会不断增长。所以，我们平时要念修金刚萨埵心咒、百字明进行忏悔，同时还要通过一些方便方法行持善法，包括用转经轮、拿念珠、绕佛塔。因为一方面，这些世俗当中的善业本身有非常高的增长率，另一方面，依靠善业的增长，原来我们相续当中的恶业，很多也能忏悔清净。

不懂因果的人可能总觉得我们佛教里面的有些善事没有意义，甚至觉得那是一种愚痴的行为。但是，当你真正懂得因果的时候就会明白，世间当中其实有很多说不清楚的因缘，这些因缘藏在我们的阿赖耶上面，如果我们没有很好地去分析或者利用的话，将来在生生世世当中会更加可怜。这一点，虽然我们用眼睛看不到，但还是应该能以推理得到。

今天所讲的这些道理很重要：一个是关于我们所处的环境，一个是关于自己今生的爱好，一个是

关于自己身上各种各样的感受。同行等流果和感受等流果的道理，我们每个人都可以体会到，不用文字来介绍。增上果也可以看得到。当然士用果我们可能看得不是特别清楚，但实际上因果道理是不虚的。士用果的增长率是很高的，我们应该要注意。

戊三、彼等摄义：

总之自性十不善，何人行此如服毒，

以大中小生剧苦，当勤弃之如怨仇。

“总之自性十不善，”最后讲摄义。总而言之，这是自性不善业，不是只有受了戒以后所造作的才是不善业，就像服用毒药一样，这一点很重要。我刚才也讲了，不管你有信仰还是没有信仰，只要身语意造了这些恶业，对你这个人就都是不好的。

我有时候看到一些屠宰场里的情景，虽然那些人没有信仰，认为杀生没有什么罪业，但他们还是很可怜的——他们这样杀了无数的众生，那生生世世自己也会变成这些动物，感受非常强烈的痛苦。我们看到释迦王族被琉璃王摧灭的故事时，会发现不管是什么样的人，业力现前的时候都会感受苦报。包括佛陀，当时在显现上也是感受了业报。

“何人行此如服毒，”不管是什么身份的人，国王也好，大臣也好，乞丐也好，有钱的人也好，没有钱的人也好，只要是行持了上面所讲的十不善业，就像服用了毒药一样。

我希望大家这次学习之后，身体上不要造杀盗淫，语言上要断除妄语、绮语、离间语等，心里也

要尽量不生贪嗔和邪见。如果造了这些业，自己要马上忏悔。所以忏悔还是很重要的。对凡夫人来说，相续当中不生起任何罪业是不可能的，这无法实现。但是我们有个很好的忏悔的机会。

“以大中小生剧苦，当勤弃之如怨仇。”任何人行持这些十不善业，都会产生大中小不同程度的痛苦。所以，我们现在获得了这样的人身，遇到了这样的上师教言，一定要很勤奋地抛弃上面所讲到的十种不善业，就像是抛弃怨恨的敌人一样。《宝鬘论》中也讲了：“当以身语意，断诸不善业。”我们应该用身体、语言和心来断除十种不善业。

第二十四课

思考题：

【知识类】

1、请解释随福德分和随解脱分的善业，并举例说明。

2、十善之果是什么？请根据教证说明，善业中的上品、中品和下品是如何确定的？

【修行类】

1、行持十善与修持出离心、菩提心、空性法门之间是什么关系？为什么？修行好的标准是什么？

【生活类】

1、为什么说带动他人断恶行善很重要？对此，你知道有哪些善巧方法吗？

2、如果想得到护法神等善神的保护，应如何做？

今天继续讲《大圆满心性休息》当中的业因果品。这一品当中，前面介绍了十种不善业，今天开始讲十善业以及十善业的果，还有了知此理后应当如理取舍，"断除之理"分这三个方面来讲。

丙三（断除之理）分三：一、善趣之因；二、十善之果；三、取舍之教言。

丁一、善趣之因：

首先是十种善业，这是善趣的因。大家都知道，善趣是指人天，即天界、非天（阿修罗）和人间。行持善法就是善趣的因。

善趣之因十善业，即断十恶之善心，

戒杀戒盗不邪淫，不说妄语离间语，

绮语粗语离贪心，以及害心与邪见。

前面已经讲了十种不善业，这些主要来源于贪嗔痴。其实，善业和不善业主要是靠自己的心，这是非常重要的。我们学了这样的因果取舍法之后，尤其在自己平时的行为当中要尽量地取舍。

- 带动他人断恶行善

我在这里也想说一下，在听课的人当中，也有很多是非常有能力的。你们在自己有能力的时候，不仅仅是自己要行持善法，还要尽量地让别人断除恶法。

比如一个人是企业的负责人，或者是某个群体的主要人物，他就会有很多方便方法。有些人的手下可能有十个人、二十个人，乃至一千个人、一万个人，那么你在自己行持善法的同时，让别人也行持善法，功德就很大；如果自己行持恶法，让别人也行持恶法的话，过失就非常大。

《别译杂阿含经》中有一个公案。佛陀在王舍城的时候，有一个伎人主，可能相当于现在演艺界的人，他的名字叫做动发。他在佛陀面前问了很多关于他自己的事情，但是佛陀刚开始都没有回答。后来，在他再三询问的情况下，佛陀才回答了他。因为他的有些行为会引发别人的贪嗔痴，比如唱歌、跳舞，让很多人整天散乱、做一些非法的事情，所以造的业非常严重。

佛陀最后直接跟他说："比如一个人本来就被绳索捆得紧紧的，如果再把这条绳索浇上水的话，这个人就被捆得更紧了。同样，三界轮回中的很多众生本来都已经被贪嗔痴束缚住了，如果你再度让他散乱的话，那这个过失就更大了。"[21]佛陀通过这种方式劝大家不要过于散乱。

我也经常想，现在在大城市等地方，包括有些法师和辅导员在内，虽然不可能每天二十四小时都处在善心和寂静当中，有时候是会散乱——自他都会有一些比较放松和轻松的时候，但是也不能过于散乱。尤其是一些起主导作用的人物，你也应该想到，自己有一定的责任。

刚才像动发那样的人，佛陀都亲自对他说：你这样的行为会带动很多人更加增上贪嗔痴，这样非常不合理。因此，如果你是有权力的人，很多人都在看你的行为，这个时候希望你要想到：我要尽量约束自己，同时让别人也不要过于散乱，一定要行持善法、断除恶业。

我们在学习的过程中，在因果取舍上要一点一滴地去积累，不可能当下就把所有的善事都做到，

[21] 《别译杂阿含经》：尔时，如来语伎主言："我今问汝，随汝意答。若有伎人，于伎场上，施设戏具，弹琴作倡，鼓乐弦歌，以是事故，百千种人，皆悉来集。如此诸人，本为爱欲、瞋恚、愚痴之所缠缚，复更造作放逸之事，岂不增其贪、恚、痴耶？譬如有人，为绳所缚，以水浇之，逾增其急。如是诸人，先为三毒之所缠缚，复更于彼伎场之上作倡伎乐，唯当增其三毒，炽盛如是。伎主汝为斯事，命终得生光照天者，无有是处。若有人计于伎场上作众伎乐，命终生于光照天者，我说是人名为邪见。邪见之果，生于二处，若堕地狱，或堕畜生。"佛说是已，时彼伎主悲泣堕泪。佛告伎主："以是因缘故，汝三请，我不为汝说。"

否则我们就不是凡夫人了。但确实，我们还是会逐渐逐渐地改变，会完善自己。

以上是结合昨天讲的内容跟大家说的。

“善趣之因十善业，即断十恶之善心，”下面讲到，善趣的因就是十种善业。什么是十种善业呢？就是断了前面所讲的十种恶的心。因为，“戒”实际上就像《入行论》中所讲，它是一种心，是在心上安立的，也就是说断除恶的这个心态就叫做戒[22]。

“戒杀戒盗不邪淫，不说妄语离间语，绮语粗语离贪心，以及害心与邪见。”哪些是十善业呢？即断除杀生、偷盗、邪淫，是身体的三种善业；不说妄语、离间语、粗语和恶语，是语言的四种善业；远离了贪心、害心和邪见，是心的三种善业。这些大家都应该清楚的。

- **断恶行善方为善**

但是在这里要知道，所谓的善，不单单是断除恶业，还要继续行持善业，这是很重要的。比如说，不但不杀众生，还要尽量地去放生；不但不偷盗，还要尽量地去布施；不但不造邪淫的罪，还要做许多恭敬和清净的行为；不但不说妄语，还要尽量说真实语；不但不说离间语，还要在这个基础上说一些和合语。

有时候，一些发心人员好像也特别爱说离间语——上师与上师之间、道友与道友之间如何如何，本来都是些很小的事情。尤其是现在一些佛教徒，经常在上师、弟子之间传很多话，而且在这个

[22] 《入行论》：“断尽恶心时，说为戒度圆。”

过程中不说和合语，经常说一些离间语。这样都不是很好的。

在说话过程当中，不但不说妄语，还要说真实语。以前特别爱说妄语的人，即使不能变成佛陀一样的真实语者，也应该尽量在这方面学习。不但不说绮语，还要说一些有意义的解脱方面的语言；不但不说粗语，还要说温和语；不但要远离贪心，还要具有满足的心，去饶益其他的众生；不但不起害心，还要起慈悲心；不但不起邪见，还要产生真正的无我智慧等。

这就是真正地行持善业，《极乐愿文》的颂词当中也有这些道理。

- **什么是“修行好”**

实际上，我们不仅仅要在理论上学习，而且要在每天的生活当中，让取舍因果的道理在自己的身语意中运作。在运作的过程当中，可以看出一个人的修行好不好，也就是说，修行好不好要看你平时的行为，并不是说你今天见到了一个特别大的光明水晶球，就说明你的修行很好，不是这样的。

所谓的修行好就是，平时你的心态是很快乐的，而且非常如法，你的身体和语言也是行持得很如法。

现在有些人讲：“某个人修行好，因为他终年都在山里面闭关，始终不出来。”但是，如果他的心里整天都是贪嗔痴，行为也非常粗暴的话，那他的修行肯定是很不好的。有些人闭关了很长时间，

但是出来之后，跟别人说话也不和合，行为也不如法，那他的闭关不一定是很如法的。

所以行持这些善法最关键的是，就像一些经典里所说的，必须要有一种敬畏之心，有了敬畏之心一般不会无恶不作的。《大般涅槃经》中也说："不见后世，无恶不造。"后面还说，愚痴的人愿意去踩被灰覆盖的火，因为他不知道自己会被灼烧[23]。同样，不知后世、不知取舍的人可能觉得做坏事也没有什么，但这种想法是愚痴所致。就像吃毒药的时候也不知道后果，但实际上，你将来肯定会痛的，只是迟早而已；或者就像你欠别人的款没有还，那迟早都会给你带来痛苦，别人不可能让你随随便便吞掉财物。在经论当中还有很多类似的比喻。

佛经中也说过，在善与恶当中，起作用的主要是心。如《正法念处经》当中说："若善牵心者，如是则得善，若随不善者，如是得不善。"如果心善的话，一切都会是善的；如果心不善，那么一切外在的身语也会变成不善业。我们也经常讲"心善地道亦贤善，心恶地道亦恶劣，一切依赖于自心[24]"。因此心善是非常关键的。

前面讲的是善趣的因，即十善，下面讲十善的果。

---

[23] 《大般涅槃经》："作恶不即受，如乳即成酪，犹灰覆火上，愚者轻蹈之。"

[24] 宗喀巴大师："心善地道亦贤善，心恶地道亦恶劣，一切依赖于自心，故应精勤修善心。"

丁二、十善之果：

小品转生于人间，中品善业生欲天，

大品等持禅无色，能得上二界安乐，

四果与前皆相反，当知十善果善趣。

这个颂词是说，就像前面讲到的恶业有上中下三品，分别令众生转生地狱、饿鬼、旁生，善业也分为三品。

“小品转生于人间，中品善业生欲天，大品等持禅无色，能得上二界安乐，”小品的善能转生于欲界的人间；中品的善会转生于欲界六天；大品的善，是通过修等持而转生四禅天和四无色界（大品善一定要以一种等持来摄持），能得到上二界（即色界和无色界）的安乐。

所以，善也有上中下三品，分别令众生获得欲界的人间、天界以及色界和无色界的快乐。

“四果与前皆相反，”十种善业的果跟十种恶业的果都是相反的。“四果”即等流果、异熟果、增上果和士用果，善业同样有这四种果。

比如感受等流果，杀生会感受短命多病等果报，每一个不善业都有不同的果报。再比如同行等流果，以前杀生的话，即生当中也爱杀生；十善业的同行等流果则与之相反，以前不爱杀生、偷盗、邪淫的人，即生当中也是从小就不爱杀生、偷盗、邪淫。

十善业的异熟果是分别转生到三善界。增上果是成熟于外境上，以前行持善法的人会转生到善趣

当中非常快乐的地方，我们人间也有很多快乐的地方。士用果方面，行持善法的增长率同样也是很高的。

“当知十善果善趣。”所以我们要知道，行持了十种善业，它的果就是趋向于善趣。

这个道理从理论上讲，大家都会比较明白。但是我们以前学过的有些论典当中，并没有讲得这么细致，所以大家一定要懂得这些道理。

- **上品、中品、下品**

在这里还想跟大家介绍的是：什么是上品、中品、下品。汉地的《法苑珠林》和《佛说未曾有因缘经》中，讲了一些比较相同的道理，主要是以时间来分的，时间有上品时间、中品时间和下品时间。

比如说上品时间，就是行持善法一上午或者一下午，时间是很长的，相当于半天的时间，在此期间所行持的善叫做上品善——上品时间当中的善；中品善就是在一顿饭的工夫当中行持善法，这是中品时间当中的善；下品善是在一瞬间——短短的时间当中行善[25]。当然这里也有一些不同的说法，比如说小品善的时间，有的说是一瞬间，有的说是行走一百步的时间[26]，有一点点差别。

所以，从时间方面讲，一上午念经的善是上品善，如果用等持摄持，将来可以转生到无色界。用

---

[25] 《法苑珠林》：“如未曾有经云。下品十善。谓一念顷。中品十善。谓一食顷。上品十善。谓从旦至午。”

[26] 《佛说未曾有因缘经》：“行百步时，名为下时。”

一顿饭时间所行持的善法是中品善。像汉地的有些人吃饭要两三个小时，我们吃饭只需要几分钟，好像有时候都不要十分钟。所以，“一顿饭的工夫”对每个人来说是有差别的，但是总的来讲是指短短的时间。

比如说我们上课的时间，我讲课至少也是一个小时，你们听也是一个小时，后面还有《普贤行愿品》的回向，前面有《发心仪轨》《释迦佛修法仪轨》《大自在祈祷文》，还有《上师瑜伽》、供护法等念诵，我觉得这些是每个人每天都不得不修的非常重要的一些法。这样的话就接近两个小时，我是比较准时的，一般来讲整个过程不会超过两个小时。因为大城市里面的人太忙了，所以时间不能太长，否则背后会有人骂我的，我比较担心这一点；但时间也不能太短，否则做善法的时间就太短了。

如果没有上课的话，有些人可能就在散乱当中度过了。上课的时候，你觉得一个小时是比较长的，但是没有上课而去散乱的话——打一两个电话或者看一些乱七八糟的信息，一两个小时马上就过了。所以，我们每天至少要约束一下一些不如法的行为，应该尽量把时间用在善法方面。

我们每天用这些时间来闻法，可能算不上上品的时间，但中品的时间应该是远远超过的。在这样的时间当中行持善法，实际上是非常有意义的。

我们有时候确实心会散乱。刚学佛的人认为，自己要做到十全十美，一刹那都不产生任何的恶分别念，但刚开始不能要求太高了，到最后也不能要

求太低了，学佛应该细水长流。不要刚开始不吃、不喝、不睡、不说话——一般刚开始学佛或刚出家的人特别特别精进，慢慢慢慢，下滑得也特别快，在很短的时间当中就产生了邪见，什么都不学了，其实不能这样的。我们应该在有生之年调整自己的见解和行为，这样一定会有很好的结果。

因此行持十善法非常有意义，所以说“当知十善果善趣”。

- **行持十善得护佑**

我们平时都应该行持善法。藏地有这样的说法：“这个人肯定什么事情都很圆满的，因为他在生活当中经常行持十善，所以会有很多护法神、非人、天人守护的。”平时行持十善还是很重要的。《长阿含经》中说：“修行善法，具十善业，如是一人，有百千神护。”意思就是说，行持十善法的人，虽然他只是一个人，但是有百千天人和护法经常保护着。

我自己也确实有深刻体会。虽然行持善法的人当中，有个别人可能因为前世的业力，会有一些特殊的情况发生，但大多数人从长远来看，的确像《长阿含经》中所说的一样，所做的一切总是很圆满的。《诸法集要经》中讲：“由爱乐善法，诸天常恭敬。”由于爱乐善法的缘故，诸天人恒常恭敬。

《杂譬喻经》中讲，有一个叫萨薄的商人，经常往返于两个国家做生意，就像现在的有些商人一样，今天飞尼泊尔，明天去加拿大，后天去莫斯科。

有一次，萨薄跑到另一个国家去做生意，看到一位法师在讲经，讲了苦、空、无我等道理，讲课的过程中还传授了五戒。传戒之后，这位法师跟他说："一般守持一条戒律就会有五位天神保护着，现在你已经受了五条戒，会有二十五位天神保护着你。"他在听了这一节课之后，回去时就有了一种安全感。

对于这一点，可能有些人相信，有些人不相信。但行持善法、做善事的人的确有很多很多人和非人恭敬、保护。你们看了《地藏十轮经》和其他论典之后就会发现这个道理。

萨薄回去的路上，途经两个国家之间的关口，那里有一个特别出名的鬼神来加害他。他刚开始也比较担心，但后来又想："虽然这个鬼神非常出名，但他只是一个，而我有二十五位护法神，打架的话应该没问题。"

后来，他就与这个鬼神进行交涉，说自己是如何皈依、受戒的。后来那个鬼神（是个夜叉）也在他面前受了五戒。本来那个路口是很危险的，通常人们都特别难以过关，但从此之后就没有任何障碍了。

所以，如果各方面因缘具足，在家人应该受持三皈五戒。因为这里讲了，行持十善的人会有很多白法天神经常保护着。这也是非常值得重视的事情。

有些人自己一点都不行持善法，光是每天供护法、祈祷天神。其实对于特别恶的、业际颠倒的

人，护法神也是很难帮忙的，因为他们的性格是自然喜爱行持善法的人，而且真正保护善法（白法）的护法神，也都是在前辈大德面前受持了三皈五戒的。所以他们经常保护如理如法的人，经常呵斥、远离行持恶法的人。因此，很多人如果想在各方面顺利、获得幸福快乐，就要如理如法地行持。这样即使你不能天天供养土地神、天尊或者护法神，各方面也都会圆满的。

我以前在不同的上师面前得灌顶的时候，经常承诺供护法和各种天神，但是后来有时候出去讲课，又特别累，时间也特别紧，都来不及供护法，我心里就想："我今天不是去散乱的，而是去讲课，心是好的，今天虽然供不了，但是护法神肯定不会惩罚我的，他们本身都是非常善良的。"

现在有些人会想："不供的话，他们会不会不高兴？"我觉得应该不会，他们不会像世间人那样特别计较、心很狭窄。但是有一个原则，就像《二规教言》所讲：行持善法的人，护法神本来就非常喜爱他；但是如果自己行持的善法不够或者行为很恶劣的话，就会像僵尸一样被他们抛弃，不会被他们关注的[27]。

所以，我们作为人，至少也要尽量地行持善法。如果由于自己的业力现前、缺少正知正念或对境现前等原因，而造作了一些不善业的话，那就要马上忏悔，学会随时忏悔，这也是很重要的。

---

[27] 《二规教言论》："父母上师长老等，利己人前不报恩，护法诸天耻笑彼，失却助伴如僵尸。"

丁三、取舍之教言：

佛说以随福德分，十善投生善趣中，

十不善业堕恶趣，取舍黑白因果者，

世间善道人天乘。以此后世转善趣，

故立真实解脱因，善缘众生当依止。

“佛说以随福德分，十善投生善趣中，十不善业堕恶趣，”字面意思是说，佛陀在《般若经》等相关的经典当中讲，随福德分善法——没有被空性见解摄持的十善和修习禅定的善法，一般是转生人天善趣的因，而造作十不善业则会转生到恶趣当中。

“取舍黑白因果者，世间善道人天乘。”因此，取舍因果就是断除黑法、行持白法，或者说舍黑业、取白业。这样取舍因果的人，人们称为是在行持世间善道，这也被称为人天乘。

具体来说，人天乘是什么呢？就是希求下一辈子不堕入地狱、饿鬼、旁生当中，一定要获得人趣和天趣，为此而行持善法的乘就叫做人天乘。现在人间佛教、世间佛教弘扬得很多，人们也经常朝山、拜佛，其中大多数人的目标都是：“愿我今生快乐、平安，保佑我！”这些就是人天乘。佛经当中也讲了这样的人天乘。

当然，如果要求高一点的话，最后获得出世间佛果的大乘法和永远从轮回中解脱的小乘法是很重要的。但是从社会现状来看，大多数人都是人天乘根基的，所以我们弘扬佛法的人也要懂得人天乘。你不能要求所有的人都必须发菩提心，不发菩提心

不行，这样就没办法利益他们。

大多数人可能都不知道怎么发菩提心。有些人可能在名称上知道要“发菩提心”，我也看到很多人说“发菩提心”，法师跟弟子说“发菩提心、发菩提心”，弟子也说“我要发菩提心，我发菩提心”。但是他们真正发了菩提心没有呢？可能不要说度无量的众生，度个别的众生都没有想过。

这样的话，人天乘其实也是非常重要的一个乘。

“以此后世转善趣，故立真实解脱因，”这样行持善法叫做人天乘，以此后世会转生善趣。而且，我们要建立一个真实的解脱因。真实的解脱因是什么呢？我们下面还会讲的，就是要超越人天乘，要懂得空性、菩提心和出离心的意义，这些是真正的解脱因。光行持人天善法只是间接的解脱因，而不是直接的解脱因。

有人认为，光是不杀、不盗、不淫、不说妄语等就肯定能获得解脱，能得到声闻阿罗汉果位或佛果，其实根本没办法的，因为这些不是解脱之因，它叫做随福德分的善法。

这里讲到，我们后世要先转到善趣当中，然后应该建立一个真正的解脱之因。

“善缘众生当依止。”具有善缘的这些众生、修行人，应该依止的是什么呢？就是永远从三界轮回当中获得解脱的因。

佛陀在相关的经典当中也讲了一乘、二乘、三

乘，还讲了九乘次第以及无量的乘，乃至众生的心没有灭尽之前，调伏烦恼的乘其实也是没有穷尽的。

梵语的“雅那”就是乘或者坐骑的意思，依靠它能到达目的地。虽然有人天乘、小乘、大乘和密乘，但从最究竟的意义上来说，所有的乘都是没有的。关于乘的概念和道理，相关经论都做了宣说，《大车疏》中也引用了很多。

- **十善是修行的基础**

总的来讲，大家都认为自己是大乘修行人。既然你是大乘修行人，就一定要想到：至少也要行持十种善业，在此基础上还要有利益众生的心。如果没有这个心的话，说自己是大乘修行人就全都变成了空话。

《地藏十轮经》中也是这样讲的：作为修行人，一定要行持十种善业；如果十种善业当中的一个都做不到，还要口口声声地说“发无上菩提心、要获得三藐三菩提”，这就完全是一种大妄语，他在十方诸佛面前是无惭无愧者[28]。这句话大家一定要记得。

现在很多人自认为是大修行人、大证悟者，甚至有些人还经常摄受弟子，口里也经常说空性、菩提心等词语。但实际上，他连最基础的十种善业恐怕也不能行持，而十种不善业经常都在犯。这样确

[28] 《地藏十轮经》：“若不真实希求如是十善业道所证佛果。及不真实下至守护一善业道。乃至命终而自称言。我是真实行大乘者。我求无上正等菩提。当知如是补特伽罗。是极虚诈是大妄语。对十方界佛世尊前。诳惑世间无惭无愧。”

实也是没办法的。

《地藏十轮经》中也说："欲除诸有苦，证得大菩提，应修十善轮，精勤勿放逸。"我觉得这个教证还是很重要的，大家一定要记住啊！你要想解除一切轮回的痛苦，证得大菩提的话，至少也要修持十善业；在这个过程当中，一定要精勤，不要放逸，行持善法非常放逸不是很好的。

- **精进修十善**

我看过记者采访一位藏传佛教很著名的上师，他常年住在英国、美国等国家。接受采访的时候，他说："我这一辈子，白天做的事情特别特别多，包括在五六十年代的时候，每天都接受'改造'。但是到了晚上，我就非常精勤地修持善法。虽然白天特别忙——整天都跟世间人一起忙着，但是晚上我就不放逸。"

很多人找借口说："我现在太忙了，有如何多的事情。"其实行持善法，应该是在你的茶余饭后，或者是挤出时间来做。另外，做其他事的过程当中也可以行持十种善业。比如你白天在单位里工作，随时都可以行持十善业——说话也好、行为也好、心里也好，尽量去改正不好的方面，那你白天实际上也是在修行。

如果闭关的时候一直修行，但出来之后十不善业全都犯的话，那这个修行也没有什么用吧？所以修行不是表面上的，每一个人都应该在自己的行为和生活当中有这样一个过程。

比如说学院有很多发心人员，在发心的过程当中，每天都跟金刚道友接触。在接触的过程当中，你的语言每天都在用，看你能不能修行？你的心也是每天都在用，你看它是不是处于贪、嗔、痴、邪见当中？还有，你的身体是不是处于杀盗淫当中？这样的时候，应该完全可以发现自己的状态。

十善业可以说是一个非常简单、基本的做人要求。我经常想，自性罪不仅仅是针对佛教修行人的，其实也是所有善良的人、有品德的人最基本的底线。如果连这个都做不到的话，那么世间当中的修行也谈不上，大乘的修行更算不上。

刚才提到的《地藏十轮经》中讲：如果十善业当中的一个都做不到，还要说“度化众生”“发菩提心”，那这是大妄语，他就骗了诸佛菩萨。大家也应该注意这一点。有个别人会说大话的，现在佛教徒当中也经常有，他们对细节上的因果一点都不在乎，经常说得特别大，这种现象是不合理的。

我特别敬仰上师如意宝。从见解上说，他对大圆满和大中观的真正远离一切戏论的境界都已经了如指掌；但是他在行为上，点点滴滴都非常注意，不管是在语言上还是在心灵上——有时候心里产生了什么恶分别念就马上忏悔，说出一点不如法的语言也要马上忏悔，等等。所以，我们作为传承弟子都应该重视这些。

以上讲了修行世间法。

乙二（修寂灭之法）分六：一、总说随解脱分善业；

二、认识随解脱分善业之自性；三、作解脱因之理；四、觉醒佛性得解脱之理；五、别说同分善业；六、破他宗之邪分别。

修行寂灭法有六个大科判，这个内容是很重要的，你们还是要很认真地看《大圆满心性休息大车疏》。这里的业因果品跟《前行》里面讲的不一样，比如前面业跟阿赖耶的关系方面，对于佛教徒来讲是有研究价值的，非常重要的；后面部分，对于如来藏、光明心性方面也讲了很多。所以我们千万不能小看这部论典，一定要重视，不要把它当做一般的书。

有些道友把我的《苦才是人生》和《大圆满心性休息》放在一起的时候，我的感觉是什么样呢？就像把一副三块钱的假银子耳环和一副金耳环放在一起一样——我们凡夫人用分别念写的书跟这本书的价值肯定是完全不相同的。对于圣者的这些金刚语，我们始终都要重视。

但现在很多人没有智慧，而且书也太多了，哪个是假的、哪个是真的都分不清楚。所以，特别希望大家对这些金刚语再三地去考虑、反复地去学。而且平时也应该放在自己的顶上做加持，我都经常这样，你们看到没有？（上师用藏文版《大圆满心性休息大车疏》放在头上做加持）这不是假装的，而是真的对它的内容很尊重恭敬。

丙一、总说随解脱分善业：

前面讲了随福德分的善业，这里讲随解脱分的善业。

解脱之善离轮回，超越三有上下行，

黑白二业趋寂灭，随解脱分等善法，

乃是无漏智慧因，十善四禅四无色，

六度等善五道摄，证悟人法无我后，

依智方便双运善，不住有寂利众生，

成就佛陀果位故，瑜伽善法超世间。

“解脱之善离轮回，超越三有上下行，黑白二业趋寂灭，”字面意思是，随解脱分的善跟前面的十善不同，它是超离一切轮回的；它超越了令众生在三有（欲界、色界、无色界）中上行和下行的所有白业和黑业——上行的是白业，下行的是黑业；并且它是趋向寂灭的，真正远离一切烦恼的业。

“随解脱分等善法，乃是无漏智慧因，”这样的随解脱分善法，实际上是无漏智慧的因，是真正解脱的因。

“十善四禅四无色，六度等善五道摄，”十善、四禅、四无色，还有六度中的前五度是福德资粮，六度中的智慧度是智慧资粮，此二者双运为五道次第所摄。所以，从资粮道、加行道一直到无学地之间，有福德资粮的部分，也有智慧资粮的部分。

“证悟人法无我后，依智方便双运善，不住有寂利众生，成就佛陀果位故，”积累这些资粮以后能证悟人无我和法无我。人无我和法无我主要是依靠智慧和方便双运而行的，也就是将大悲菩提心和大空性的见解结合起来。最后真正能获得不住轮回和涅槃（不

住有寂）的果位，到那个时候就能利益无量无边的众生，也就是成就佛陀的果位。

“瑜伽善法超世间。”所以瑜伽行者应该行持超世间的善法。

“瑜伽”指的是修行人的意思。也就是说，修行人你不要整天只行持人天乘的善法，一定要行持超越轮回的善法，获得真正永久的快乐；而不是今天转生到一个富翁家里，过一段时间又变成穷人了，在轮回当中这样流转也是很痛苦的——今天变成中国首富，明天变成“中国乞丐”。

可能中国首富听了不高兴，但这也是很有可能的。因为你离开世间的时候，再怎么富裕也是一分钱都带不走的，所以你很有可能因为前世造的业，而在下一世变成乞丐。今天中国最穷的乞丐，也很有可能因为前世或今生当中的某种善业，一转生就变成最富贵的人。他今世离开的时候本来也没有什么可带的——乞丐的碗丢在哪里都可以，乞丐的拐杖在哪里断了也没有什么的。而下一辈子，他很有可能是最富贵的。

我们这里的很多人，也是有时候当特别富贵的人，有时候当特别贫穷的人。因此这些都没有什么可靠的，一定要寻找最究竟的智慧度，即最究竟的超世间的善业。

关于这个道理，《大车疏》里也讲了很多，还引用了《般若摄颂》《宝鬘论》《般若一万八千颂》等教义。归根结底，先证悟空性的意义是非常重要的。当你有了菩提心和无二慧（空性慧）摄持的

时候，就真正能获得解脱；如果没有这二者的话，想要解脱确实也是非常困难的，所行持的都不能成为出世间的善法。

- **佛父佛母是方便和智慧的象征**

我们经常讲的“智慧和方便双运”，显宗当中讲这是非常重要的；密宗当中讲，所谓的“佛父、佛母”也是智慧和方便的象征和意义。

《无垢称经》当中有一个很好的教证：“慧度菩萨母，善方便为父，世间真导师，无不由此生。”这句话的意思是说，智慧波罗蜜多的空性是菩萨的母亲，大悲方便善巧菩提心是菩萨的父亲，有了空性和大悲的智悲双运，所有世间的导师都会出现的。

有些对密宗没有信心的人，可能对双运像也有各种看法和想法。其实，这个道理在汉传佛教的《无垢称经》当中也是有的：慧度是菩萨的母亲，而善巧方便是菩萨的父亲，这两者是一切世间导师的因。

我们也可以这么讲：智慧的象征是佛母，大悲方便的象征是佛父。在我们不清净的眼识面前，佛父和佛母好像是世间的男女一样，但实际上，这就是阳与阴、大悲与智慧的相应，这一点在显宗的佛经《无垢称经》当中也讲过。

我们以前也讲过，《无垢称经》也可以作为一部显宗的佛经，麦彭仁波切在《大幻化网总说光明藏论》当中也引用了很多这部经的教证。其实这部经也是非常重要的。

所以，智慧方便双运很重要。如果我们真正能行持智慧方便双运的话，在修行和学道的过程当中就能远离一切魔障，这也是一个自然规律。这个道理我在讲《般若摄颂》的时候也讲过。

《华严经》中也有这样一句话："智慧及方便，所行清净道，乃至千亿魔，皆所不能坏。"意思就是说，行持智慧和方便的菩萨，他所行持的就是非常清净的道，成千上万的魔众也不能毁坏这种人。

有些人经常怕魔、怕狗，怕生活当中出现一些违缘——别人骂他、说他，其实这都是因为太执著自己、太在意自己了。如果稍微放松一下，如果懂得了所谓的"我"不存在，"我"的这个现象实际上只是幻觉而已，那么所有的魔众都不可能存在。

有些初学者对般若空性无法接受、非常恐惧。《宝鬘论》当中也讲了："寡闻之凡愚，生畏佛所说。"孤陋寡闻的凡夫人特别害怕佛陀所讲的般若空性。但其实般若空性是不用怕的，它不是让你毛骨悚然、胆战心惊的道理，它完全可以让你的心灵获得解脱。空性妙药可以让无量无边的众生，在轮回的酷热当中自然而然解脱，它是这样一个非常好的解脱之因。可是，平凡愚笨众生在这方面一无所知。

所以，我们今天所讲的"瑜伽善法超世间"很重要。现在很多修行人还没有进入解脱的法门，这一点你们可能也知道。现在有些道场是在行持善法，比如参禅等，但那并非解脱之因。我那天去美

国的一个学校，我说："也许你们听了不高兴，但是你们很多学校里面的参禅，是世间当中比较低等的禅，它根本不成为解脱的因，也不成为断烦恼的因。"我这样说的时候，看到有些美国人马上就不高兴了，但不高兴也没办法。

他们有些老师天天教"禅禅禅"，但是他们的"禅"是什么呢？就是安住、坐下来，什么都不想。"这样坐下来好舒服，什么都不用想，就这样很好……"有些老师好像飘起来了一样。这样不成为解脱的因，如果要参禅和修空性的话，一定要使之成为解脱的因，对吧？

第二十五课

思考题：

【知识类】

1、对于有漏善法和无漏善法的差别，有哪些不同说法？平时应如何行持这两种善法？

2、什么是两种佛性？二者有什么差别？如何以九种比喻说明自性住佛性？

【修行类】

1、什么是心的本性？如何才能认识？如此认识有何重要性？

【生活类】

1、按照佛陀在《佛说诸法勇王经》中的教言，如果想令众生尽除一切苦恼，我们平时应如何做？

下面继续讲《大圆满心性休息》，今天可能讲的不是很多。《大圆满心性休息大车疏》里面的相关内容很重要，大家主要课后自己看。本来今天我想讲得广一点，但是下午也没有时间看，不过你们自己预习一下可能效果会更好。同时我也希望，很多道友在中期考试或者下半年的时候，把业的所依阿赖耶和现在讲的如来藏、佛性好好研究一下。把这两个作为考试的重点也是非常好的，因为这是佛教观点当中非常重要的两个环节。

今天简单讲一下颂词。依靠前面讲到的随福德分善法，可以获得三界当中的各种果报；而随解脱分的善，是超离了四禅、四无色界乃至整个六道轮

回的一种善根，就像前面讲到的“瑜伽善法超世间”——真正修行人的修行是超于世间的，这个很重要。

可能大家也知道，如今的佛教徒，真正想超离世间、获得解脱，并为此而奋发努力的，实在是相当相当的少。尤其是去一些西方国家的时候，这种感觉更为强烈。这句话，可能以后你们去了那里就会知道。可能现在也有很多人经常去台湾、新加坡和欧美等国家。

我也跑了欧洲等很多地方，每次在跟那里的很多佛教徒接触的过程中，他们就一直讲一些特别简单的随福德分善法的行持。有些法师和居士说的也是这个，想的也是这个。除此之外，关于出离心和菩提心方面，虽然他们有时候也说，但是在实际行动当中，就不像现在个别佛教团体那样很重视。这对现在的佛教徒来讲也是一种悲哀。

因此，在座的人应该很认真地对待这个问题，这不是非常简单的一句话。你们也应该好好地想一想：获得一个人身是非常不容易的，寻找佛法也不容易；找到佛法以后，到底是需要一个六道轮回里面的果报呢，还是真正超离轮回的解脱呢？如果是要超离轮回的解脱，又需要什么样的善根因缘？这就需要随解脱分的善根，这是非常重要的，因此我们前面就讲到了随解脱分的善根。

丙二、认识随解脱分善业之自性：

今天开始讲“认识随解脱分善业的自性”，那

么，什么是随解脱分的善根呢？下面这个颂词很重要。

即以有缘福德资，无缘智慧资双运，

净除二障现二身，凡夫有漏圣无漏，

后得入定此二境，次第而行得解脱。

“即以有缘福德资，”随解脱分的善根，首先要有福德资粮，比如六波罗蜜多里面的布施、持戒、安忍、精进、禅定，都是福德资粮方面的善根，叫做有缘的福德资粮，因为这些都是有执著的。

“无缘智慧资双运，”随解脱分善业还要有无缘的智慧波罗蜜多，即六度里的第六度，或者说行持般若波罗蜜多空性的见解（三轮体空的见解）。福德资粮跟智慧资粮需要双运，并不是单独的一个，真正的随解脱分善业是福慧二资双运。

“净除二障现二身，”通过这两种资粮双运，能净除相续当中无始以来障碍解脱和障碍佛果的烦恼障和所知障。贪嗔痴等是烦恼障，贪嗔痴的三轮习气、细微种子叫所知障。这两种障碍会被净除的，净除之后就能现前色身和法身。

《中观宝鬘论》中讲：“诸佛之色身，由福资所成，法身若摄略，由慧资所生。”诸佛的色身，是由福德资粮而成，法身是由智慧资粮而生。《六十正理论》的后面也讲了这个偈颂[29]，大家应该清楚的。

---

[29] 《六十正理论》：“以此之善根，回向诸众生，愿积福慧资，终得法色身。”

总之，断除烦恼障会现前色身，断除所知障会现前法身。

“凡夫有漏圣无漏，”在整个过程当中，凡夫的善根叫做有漏的善根，圣者的善根叫做无漏的善根。

有漏和无漏，一般是从地界或补特伽罗的身份来分的。当然，关于有漏和无漏的分法，上阿毗达磨和下阿毗达磨的讲法也有不同，我们讲《俱舍论》的时候讲过。总之，凡夫的善根叫做有漏的善根，一地菩萨以上或者阿罗汉以上的圣者行持十善的善根是无漏的善根。

“后得入定此二境，次第而行得解脱。”或者说，入定的善是无漏的，出定时所做的善是有漏的，等等，这样次第来分。这是真正能获得解脱的善根。

我们以后应该懂得有漏无漏的分法，也要懂得什么是真正的随解脱分善根，还要知道既要有福德资粮，又要有智慧资粮。

大家都学过中观，也知道，光是天天念“阿弥陀佛、阿弥陀佛……”，有没有福德资粮呢？念经是大乘十大法行之一，应该是一种福德资粮。但是我们最终要知道，应该以空性或密法的见解来摄持，要将所做一切实执全部观为空性，空性最后也要抉择为大空，这样的见解才成为智慧资粮。如果没有这一点，就不一定成为解脱的善根。

所以，我们在行持善法的时候，比如每天早上起来念诵，到最后至少也是安住在无缘当中，这算是一种无缘的智慧资粮。所以我们回向和中间正行

无缘的时候，就有很多无缘的善根成为解脱之因。这是非常重要的。

为什么呢？因为众生无始以来都是有实执的，这些实执通过第二转法轮可以息灭。但光是息灭了这种执著还是不行的，还要现前我们的本性，这就需要如来藏的光明。

《宝鬘论》讲到，用世间所有声闻、缘觉等福德的十倍积聚成佛陀的一毫毛……这些资粮最后形成了佛陀的相好功德[30]。《宝积经》《大集经》等经典也讲到了这一点，在说法上稍微有点不同，但实际上是非常相同的。

不同的经典里面有不同的观点，我们不能认为：这个经典是这样说的，那个经典是那样说的，这两者不同，所以是不合理的。其实不能这么说。比如做一个药，可以有两种说明，你用这个说明就按照这个配方来，用那个说明就按照那个配方来。

所以，我们以后看到个别大德之间说法不同，或者一些经论的说法不同的时候，不要马上就说："噢，这两个是冲突、矛盾的。"其实，说法不同不一定是矛盾的，因为说明一个道理有不同的途径，比如爬一座山有不同的路径，但最终都可以

[30] 《宝鬘论》："不可思福中，出生佛妙相，大乘圣教说，大王如实听。能生诸缘觉，有学及无学，无余世间福，如世无有量。以此福十倍，成就一毛孔，佛陀诸毛孔，皆与彼同成。能生诸毛孔，所有之福德，以彼之百倍，许成一随好。尽彼福德数，感得一随好，究竟即如是，直至八十间。成就八十好，所有福资粮，以此百倍成，大士一妙相。成卅二相因，乃是大福德，此等千倍成，满月白毫相。白毫相之福，十万合为一，能生无见顶，怙主之肉髻，成顶髻相福，广大千万倍，当知能生一，十力者法螺。"

到达山顶。

关于有漏和无漏的差别，其实还有一种说法：有漏法有因和果，从四谛来分的话，因是集谛，果是苦谛；无漏法也有因和果，它的因是道谛，果是灭谛。也可以这样来讲。

不管怎么样，用十波罗蜜多来摄持善法非常重要。以上讲了什么是随解脱分善法，下面讲这样的善到底依靠什么。

丙三、作解脱因之理：

前面讲了，凡夫众生世间的业力依靠阿赖耶，那么，清净的出世间法的功德依靠谁呢？依靠如来藏的法性。但是依靠的方式是离因与离果，并不是能生与所生，这个道理一定要懂得。

每一个众生都具有如来藏，正因为如此，我们去修行的话，最后是可以成就的。那成就时，现前佛性的本性到底是什么样的呢？下面就讲这个道理。

前面讲到，随解脱分善根是以离因的方式存在的。比如我们之前也讲了，有些功德依靠阿赖耶存在，但“依靠”的方式并不像业力一样，并不是能依所依的关系，而是以离因离果的方式存在，这一点非常重要。

佛说心性光明界，无垢自性住佛性，

彼之现分即二身，以九比喻而说明，

大悲自性本住者，即是实修生佛性，

根本觉性光明智，体无三毒故为善。

这个颂词也很重要。其实无垢光尊者的《心性休息》，我觉得作为一个佛教徒是非学不可的。如果你不想成为一个真正的佛教徒，不学也是可以的；但如果你真正想在理论上、实修上、道次第上知道一些道理的话，那么本论的语言非常简练、精准，加持力也极其迅速和勇猛，因此我想，大家通过这部论典来树立一个非常好的正见是特别有必要的。

我有时候也在想，虽然我讲者不怎么样，但是确实有非常清净的传承，所以，我们共同学习的这一群人是非常有福报的。每当我看到这些金刚语的时候就会想到，无垢光尊者的这部法具有这么大的加持力，在如今人们烦恼极其深重的末法时代，我们有了这部论典的甘露妙药，也是特别有幸的。

"佛说心性光明界，无垢自性住佛性，"佛陀已在《无垢天女经》《涅槃经》《指鬘王经》《弥勒请问经》等许多经典，尤其是《佛藏经》和第三转法轮的如来藏十大经典当中再三地宣说过：我们的心性是光明的，无有任何垢染，这就是自性住佛性。

佛性有两种，一种是自性住佛性，从这个角度来讲，每一个众生都可以说是佛——一切众生皆具有如来藏，因为有佛性，可以说众生本具佛，每个众生其实都具足本住的自性光明的佛性。

"彼之现分即二身，以九比喻而说明，"自性住佛性的现分有化身和报身，因为它具有各种各样的功

德。它存在的方式以九种比喻来说明[31]，《宝性论》《涅槃经》以及其他很多经典中讲得非常清楚。

这是两种佛性中的自性住佛性。

“大悲自性本住者，即是实修生佛性，”刚才的自性住佛性是心性光明本住者，是从空性和光明方面讲的。“大悲”是从化身或现分方面讲的。大悲周遍的自性，叫做实修生佛性，也可以说增上性佛性、随增长佛性。很多经典对其名称的说法都不相同。

从这个角度来讲，众生现在并不是佛，因为佛性还没有苏醒过来。众生通过发菩提心、积累资粮、净除障碍，通过很长时间的修学，如来藏上的垢染可以慢慢净除，净除之后才可以成就。从这个角度来讲，众生也有另一种佛性。

所以，每一个众生都有两种佛性：一是自性光明本住的佛性，二是通过修行才能得以实现的佛性。

“根本觉性光明智，体无三毒故为善。”这两种佛性的根本即是觉性光明智——不管是本住的佛性也好，实修生的佛性也好，本体都是觉性光明，也就是我们的心性光明。

《般若八千颂》中也说：“心中不具心，心性即光明。”这一点下面也会讲的，意思是说，心的自性是光明的。而且这种光明的本体本来就没有贪

31 《大圆满心性休息大车疏》：以九种比喻说明遍于一切众生的如来藏住于烦恼之壳内。《宝性论》中云：“如莲内有佛，蜂蜜壳中果，不净粪中金，地藏有宝藏，微果有芽等，破衣中佛像，劣女腹中王，土中有宝像。烦恼客尘障，众生具佛藏。”意思是观待凡夫、声缘阿罗汉、见道菩萨、修道菩萨之垢染而说的九种比喻。

嗔痴三毒——贪嗔痴三毒不是我们的心性，它是一种偶然的、暂时的客尘，而不是永恒的；通过积累资粮，慢慢可以现前本来的佛性。正因为它是这样的缘故，所以心性的本体是善——“人之初，性本善”。

中国历史上有个别大师认为，人的本性是恶的，但是这种说法确实无法成立，人之本性应该是善的——我们的本性并不是具有贪嗔痴的，因为贪嗔痴是忽然性的。这一点我们可以通过修行去证明，历史上的高僧大德、成就者们积累了很长时间的资粮之后，最终也可以显示这一点。当然这个过程并不是很短暂的，短短的时间当中可能是不行的。

龙猛菩萨在《菩提资粮论》[32]中说：“少少积聚福，不能得菩提，百须弥量福，聚胜乃能得。”积聚少少的资粮根本不能获得菩提，只有积累如须弥山般无数的资粮才能获得。因此，想要在短短的时间当中获得断除一切障碍的佛果，的确也是非常困难的。

所以，要通过较长时间的积累资粮，才可以现前本住的佛性、获得解脱。佛陀在《二观察续》中讲：“众生本是佛，然为客尘遮，障净现真佛。”众生本来都是佛，但是确实具有暂时的障碍，因此需要很长时间的净除，之后才可以现前佛性。

当然，不管是现前本性的时候，还是净除障碍的过程中，以前的本性是什么样，以后的本性也是

[32] 《菩提资粮论》，龙猛菩萨造颂，自在比丘著释。

如此。《如来藏经》中也说："如前后亦然，无变真如性。"真如的本性以前是什么样，以后也是什么样。这一点，稍微对大乘经典和续部有所了解的人都应该清楚的。

总而言之，《华严经》《宝性论》和其他相关的大乘经论，都异口同声地说：我们的本性是空性和光明无二无别的。但这样的本性可以按照一转法轮、二转法轮和三转法轮有不同的解说，因此我们一定要明白这三转法轮的甚深意义。

- **众生本具如来藏**

很多大乘经典都讲了如来藏的本来存在。当然，对于其存在方式，如《中观庄严论释》所讲，显宗有显宗的解释方法，密宗有密宗的解释方法。但我们需要知道，按照《宝性论》的观点，有九种比喻来说明众生相续当中都具有如来藏。

我以前在厦门大学讲过这个道理，《大学演讲系列》第十册当中有。因为当时他们要求讲这个，我就讲了这九种比喻和其对应的意义。讲之前，老师和学生们特别强烈地要求，但讲的过程中，我看下面听众的态度，好像他们也并没有特别地领会到。

如来藏的这九种比喻包括：最初没有入道的比喻、已经入了道的比喻，还有资粮道的比喻、加行道的比喻，以及声缘阿罗汉的比喻，见道的两个比喻和修道的两个比喻，总共有九种比喻。

第一个是没有入道的比喻：就像是莲花苞中有

佛像一样，众生的相续当中也有被贪心包着的佛性。

第二个是已经入道的比喻：一般在蜂群的包围当中有蜂蜜，有智慧的人通过各种方法把蜜蜂扇开后，可以取出里面的蜂蜜；同样，入道的修行人通过观察会发现，如蜂群般的嗔心当中，有蜂蜜般的佛性。有智慧的人通过这种方式来见到佛性。

第三个是资粮道的比喻，即果皮里面有果实的比喻。

此外还有不清净的坑中有金子的比喻，乞丐妇女的胎中有转轮王的比喻，贫穷人的家里有宝藏的比喻等，总共有九种比喻，这些已经说明了每一个众生都具有如来藏。

在学习过程中，你也会慢慢发现，第一个比喻不能跟修道最后阶段的人相对应，因为每一个对应都有不同的密意和意义。而且，大家也会完全明白，众生有不清净、清净和极为清净的三个阶段。

《宝性论》中也讲："不净不净净，极其尽清净，依次称众生，菩萨及如来。"不清净是众生的阶段，稍微清净是菩萨的阶段，极为清净是佛的阶段，这三个过程用不同的比喻和道理来说明。

《涅槃经》当中讲，一个王子的额头上有一个非常小的如意宝珠，当他因为嗔恨心的驱使而跟其他人发生冲突的时候，那个宝珠就隐藏在他的额头里面了。但后来他发现，实际上宝珠一直都在[33]。

[33] 《大圆满心性休息大车疏》：《大涅槃经》中云："佛告迦叶：善男子，譬如，国王有一大力士，彼额有一金刚宝珠，与另一大力士较力，

同样的道理，佛性对于每个世间众生来说，确实也是看不到的。对于如来藏的本体，不要说我们凡夫人，就连声闻、缘觉也不能照见；包括十地菩萨，也像在黑暗当中看色法一样，不能特别全面地见到。因此，我们对所谓的如来藏确实摸不着头脑。

- **如来藏难以表述**

佛陀在《佛藏经》《涅槃经》等相关经典里，也用了很多比喻来说明这个问题。比如有个比喻说就像盲人摸象一样：摸到大象鼻子的盲人认为："噢，所谓的大象就像铁钩一样。"摸到大象眼睛的盲人说："噢，大象实际上是圆圆的，就像碗一样。"摸到大象尾巴的盲人认为："所谓的大象就像一条绳子一样。"……他们对大象都有不同的认识。

同样的道理，我们世间人一说起如来藏的时候，有些人认为"如来藏是如梦如幻的"，有些人说"如来藏是光明的东西"，有些人说"如来藏是一个空性的东西"，有些人说"如来藏是恒常不变

双方撞头，其额上宝珠没于肉中，然彼不知宝珠去于何处。因受伤故唤医令治。医师医术精湛，知宝珠入彼肉内故未医其伤，问言：'嗟！大力士，汝额上宝珠在何处？'彼大力士惊恐不已，告医师：'吾额上宝珠不知去何处，若无则乃虚幻耶？'心生极大忧愁。彼医为令大力士生喜，而言：'莫哀伤！汝较力时宝珠没入肉中，于外仅现影像而已，汝较力时，因生起嗔心故宝珠入于肉内亦未觉察。'医师虽言，然彼不信，告医：'汝莫说妄语，宝珠若没于肉内，则因脓血极脏故影像不能外现。'医师复令其照镜，宝珠已明现于镜中。大力士见之，生起稀有之想。善男子，一切众生亦复如是，因未敬依善知识，虽有佛性而无法现见，为贪嗔痴所障所压而屡屡流转于各趣中受苦。善男子，一切众生身内皆具足十力、三十二相、八十随好。"

的东西”，有些人说“所谓的如来藏，是由显现和空性两者结合起来的”……但是不管用什么样的语言、什么样的方式，在没有证到一定境界之前，如来藏的本体确实很难以表达[34]。

大家方便的时候再看一下讲义，我希望你们还是好好地研究一下。尤其有些人要写论文的话，此处内容也是具有研究价值的。无垢光尊者引用的教证虽然不是特别多，但都是《大藏经》里面非常重要的语句，你们不要认为这跟别人所引用的是一样的。

现在有些后学者对高僧大德们引用的教证重视度不够，并没有特别细致地去研究。高僧大德们造论不是像世间人一样抄袭，断章取义地这里弄一点、那里取一点，不是这样的；他们说的每一句话都有非常甚深的意义，引用的任何一个教证也都有甚深的教义。

关于如来藏难以描述，我记得还有一个比喻，就像一个盲人从来没有看过白雪，给他描述的话就很困难。别人对他说：“所谓的雪，就像海螺一样。”因为海螺也是白色的嘛。他就摸着海螺说：“非常光滑的，所谓的雪应该是很光滑的。”别人又对他说：“白雪像冰一样。”然后又让他摸，因为冰是很凉的，他就说：“雪是特别凉的一

[34] 《大圆满心性休息大车疏》：《佛藏经》中云：“国王聚集诸多盲人，指示大象后，告诸盲人分别言说大象之特征。触大象鼻之诸盲人言‘象如铁钩’；触眼者谓‘象如碗’；触耳者谓‘象如簸箕’；触背者谓‘象如担架’；触尾者谓象如绳子’。众盲人虽未说除大象外之他法，然彼等未全面了解。同理，对于佛性，虽有空性、如幻、光明等不同说法，然并非全面证悟。”

个东西。”还有很多很多类似的描述，但作为一个盲人，不管怎样都很难表达白雪本来的真相。同样，要想真正描述如来藏的本体，的确也有一定的困难。

但是总的来讲，如果真正认识到了心的本性，这时就不会有很大的困难。佛在《涅槃智慧经》中讲：“若证悟心，即是佛陀，故莫生起从他处寻正觉之想。”你们如果真正证悟了心的本性，那它就是佛陀，所以，千万不要从其他地方寻找其他的佛，否则在千劫万劫当中也根本不可能找到。在知道这一点后，就可以找到真正的佛性，这也是非常重要的。

- **第三转法轮最为了义**

《涅槃经》中也有这样的观察，一个妇女的孩子生病了，医生说，没有恢复之前不能让他吃奶。于是，母亲就在乳房上涂一些苦胆汁，骗孩子说有毒、不能吸吮。当孩子的身体好了以后，母亲就用善巧的语言，让孩子一如既往地去享用乳汁。

这个比喻是说，佛陀转第一转法轮时，知道众生都有一种执著，所以要断除执著进入灭谛；到了第二转法轮的时候，这种执著要用空性来摄持，所以佛陀宣讲了空性；到了第三转法轮，佛陀才讲到了真正的本性。

所以我们一定要明白，“诸法为空性”虽然是一个比较重要的境界，但更重要的是第三转法轮所宣讲的意义。其实，很多经典中说，佛陀在第三转法轮讲的光明、如来藏是最了义、最真实的，因为

中间的过程只是为了洗掉我们的执著。

比如说，衣服上有很多杂染和污垢，一开始要用肥皂、洗衣粉等把它洗掉，这相当于第一转法轮的对治法。到了第二转法轮的时候，会有一个“空性”，但这个“空性”也要去除。就像首先洗除污垢时，需要洗衣粉；到了第二个阶段的时候，洗衣粉、肥皂也要洗掉，因为它虽然能净除污垢，但是它自己的本体也不能存在于衣服上面。到了第三个阶段，原来衣服真正的本来清净就展现出来了。

所以，通过二转法轮抉择空性当然是非常有必要的，因为我们暂时在相续当中，以实执的心识存了很多烦恼障和所知障，所以要用空性的智慧和对治来把它洗掉。但到了最后，一定要把空性的执著也“干掉”，这样之后，如来藏本体真正的光明部分可以现前。

当然，在这个过程当中，需要一种长期的修学和努力。佛陀在《佛说诸法勇王经》中讲：“若欲令众生，悉除诸苦恼，应学无上智，中间莫废舍。”如果想令众生尽除一切苦恼，应该修学无上智，中间不要舍弃了。

现在很多人的毛病是什么呢？就是学着学着，甚至刚学了一点点就放弃了。很多人修五十万加行，修到二十万的时候，很多人就停顿了，再也做不下去了。其实，很多人都会有开头，但是却不能坚持到最后。

所以，要想真正洗除众生无始以来的烦恼，最好的方法就是希求无上智。所以，我们每天念经也

好，磕头也好，禅修也好，心里一定要发愿："愿所有众生都能获得无上佛果。"即使你心里的力量还不是很够，口头上也要经常这样说："但愿众生得佛果。"这种话非常有加持、有力量，以此慢慢就会得到真正的无上智。

- **认识自心=通达万法**

如《华严经》中所讲，"无上智"其实就是认识自己的心。在大圆满密法当中，认识自己的心就代表通达一切万法，通达一切万法就是认识自己的心，这两者可以说是一味一体的。

《华严经》中说："知一切法，即心自性，成就慧身，不由他悟。"成就慧身实际上并不是在其他的地方开悟，也就是说，了知一切法实际就是了知自己的心。如果通过观修而通达了自己的心——按照《中观四百论》的方法去推理，世间万法没有不包括在自心当中的，那么通达自心通达万法，通达万法通达自心。这时，所谓的法身也好，智慧身也好，并不是从其他地方掉出来的。

有些人认为，所谓的学佛，好像最后真的要到天堂去；去的时候，有些是骑着自行车，有些是骑着摩托车，有些是乘着飞机。但是往生极乐世界要乘美国波音公司飞机的话，还是有一定困难的。

大乘了义经典经常讲，任何一个瑜伽士，当下认识本性的时候，当下死亡、当下解脱——净土就在那儿！这是最了义经典的一种说法。可是，一般的人不一定能接受这样的观点。

总之，一切万法的本体是空性的，但空性跟光明是无二无别的。《心经》也讲：“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色，受想行识亦复如是。”五蕴全部都是这样。按照《般若经》的观点，空就是色，色就是空。但如果把《般若经》的观点按照第三转法轮来解释，那么我们的心也好，色也好，实际上“明空无二”的道理就在这里，这还是很重要的。

我觉得《心经》可以按《般若经》自宗的观点来解释，这是以空性为主来抉择的。如果按照第三转法轮的观点来解释，那“色即是空，空即是色”就意为光明就是空、空就是光明；“受想行识亦复如是”，受蕴、想蕴、行蕴等其他四蕴也是这样的；当抉择识蕴的时候，“识即是空，空即是识”，识实际上就是光明。在密法当中有很多教言来印证这种道理。

所以，我们需要在观察方法等很多方面多思维一下。今天的内容在《大圆满心性休息大车疏》里有大篇幅的讲义，大家最好把它好好看一下。

第二十六课

思考题：

【知识类】

1、如何依靠苏醒佛性而获得解脱？如何解释“烦恼即菩提”？

2、十善业的异熟果、等流果、增上果和士用果分别是什么？请一一说明。

【修行类】

1、作为凡夫，在短暂的一生中，应如何选择所学和所修？

【生活类】

1、学习了《大庄严论经》国王和医生的公案后，你对行持善法的心态方面有了哪些认识？

现在讲《大圆满心性休息》当中的业因果品，前面的不善业已经讲完了，现在是讲善业。昨天讲到了自性住佛性和随增长佛性，《经庄严论》当中也讲了这两种佛性。今天接着讲，依靠这样的佛性而觉悟就会得到解脱的道理。

丙四、觉醒佛性得解脱之理：

觉醒佛性发二心，修悲世俗福德资，

瓶等三灌净生次，空性胜义智慧资，

句灌圆次大手印，勤修增上二次第，

烦恼转依为智慧，一切善法愈增上，

净除佛性之障已，现见无垢法相日。

“觉醒佛性发二心，”当然，自性住佛性的话，每一个众生都是以恒常不变的方式而具有的；而随增长佛性，是后来依靠善知识、发菩提心、行持善法，最后现前原来佛性的本来面目。苏醒这样的佛性之后，会发世俗菩提心和胜义菩提心。

“修悲世俗福德资，”发了两种菩提心以后，开始修福德资粮和智慧资粮。积累福德资粮，即在世间当中修大悲心、大慈心等以四无量心为主的修行，以及行持六波罗蜜多中的前五度。

“瓶等三灌净生次，”修世俗菩提心的方法，在密宗当中有宝瓶灌顶、智慧灌顶和秘密灌顶这三种灌顶。依靠三种灌顶能净除修持生起次第的障碍。修生起次第就是观本尊、念咒语、观咒轮等过程。

“空性胜义智慧资，句灌圆次大手印，”修胜义菩提心是指观空性，它是胜义智慧，属于智慧资粮。修持方法，四种灌顶当中有一个叫做句义灌顶，获得了句义灌顶之后可以修持圆满次第和大手印。

这里的“大手印”，不是指噶举派的大手印，而是指密法当中圆满次第的所有修法，因为最后的圆满次第——最究竟的大圆满也称为大手印。圆满次第包括有相圆满次第和无相圆满次第，无相圆满次第就是我们讲的大圆满的一些光明修法。

“勤修增上二次第，烦恼转依为智慧，一切善法愈增上，”非常精勤地修持和增上生圆次第的智慧，通过这样的修行，将烦恼转依为智慧，一切善法越来越增长。

“净除佛性之障已，现见无垢法相日。”最后，净除佛性上的所有障碍。从一地菩萨开始，就能现见一切万法的本来实相，即“无垢法相日”。就像盲人祛除眼翳以后，能如理如实地见到太阳或色法一样，得到第一地以后，菩萨就开始逐渐逐渐地见到实相，到最后获得如来正等觉果位的时候，就能完全见到一切万法的“法相日”。

以上是简单的字面介绍。

实际上，我们通过修行，佛性真正的本来面目是可以呈现的。《大乘起信论》中通过净化宝珠来比喻这一点：有些宝珠的表面染上了一些矿物，有智慧的人逐渐将其除去以后，里面真正的如意宝就可以显现；同样的道理，我们的佛性被暂时的烦恼所垢染，通过智慧方便就可以慢慢呈现出真正智慧的本来面目[35]。

这里讲，通过灌顶、生圆次第的修法、积累福德资粮和智慧资粮的修法，最后真正能见到一切万法的本性。到那个时候，我们原来认为特别可怕的烦恼，确实也是不复存在的。在没有真正见到法性之前，烦恼对我们来说是非常有害的；而见到法性的时候，所谓的烦恼，实际上对我们是无利无害的。

汉地的《宗镜录》中说：“众生未成佛，菩提

---

[35] 《大乘起信论》：“譬如大摩尼宝体性明净，而有矿秽之垢。若人虽念宝性，不以方便种种磨治，终无得净。如是众生真如之法体性空净，而有无量烦恼染垢。若人虽念真如，不以方便种种熏修，亦无得净。以垢无量遍一切法故，修一切善行以为对治。若人修行一切善法，自然归顺真如法故。”

为烦恼，众生若成佛，烦恼为菩提。”也就是说，众生没有成佛时，所谓的菩提也会烦恼的，包括发大乘菩提心，有时候也不一定成为真正的正能量；而我们一旦成佛了，一旦认识了本性，原来所谓的贪嗔痴等特别可怕的烦恼，就都不复存在了，不但不复存在，而且“烦恼即菩提”这样的道理也会现前。

比如说，有些人产生烦恼的时候，他的相续确实是被束缚的；而有些人产生烦恼的时候，不但没有被束缚，反而可以把烦恼变成一种资粮的因。你看有些人生病的话，就是一个自相的生病，对他的修行、工作都非常有害；而有些人通过生病却会认识到很多道理、学到许多真理，这个时候，病对他来讲就是一件好事，对他的生活和修行都非常有利。

所以，世间人们对烦恼的态度、转依都是不相同的。对有些人来讲，烦恼确实是烦恼，是非常有害的；而对有些人来讲，烦恼不但没有害，而且是有利的。就像乌鸦遇到毒的时候，会被摧毁、会断命的；而孔雀依靠这些毒，它的羽毛和整个身色会显得更加庄严、美丽。

再比如下大雨、下大雪的时候，每个人的感受都不同。前天学院下雪下得特别厉害，我跟另外一个人在外面，他说：“哎呦，好痛苦，好冷哦！”我说：“好美啊，要马上把它拍下来！”我就拍下了很好的画面——雪花纷飞啊！我想，在夏天或者在大城市里面，肯定找不到这么好的风景。我说：“啊，这个很好！”另外那个道友却说：“冷

得很，好痛苦啊！你看风也吹得那么厉害……”他好像确实觉得特别痛苦。

其实有时候，对于同样一个道理，两个人可能有不同的观点。包括我们佛学院，有些人觉得“哇，这里是如何如何美……”，而有些人就觉得“哇，这里人多，这个不行，那个不行……”。于是，一个人就把好的地方拍成照片，并用一些语言来赞叹；另一个人就把不好的地方拍下来，然后说这里不好。

我们对人的看法也是这样。确实，人本身从名言量的角度来讲，也有坏人和好人；但是，对于修行比较好的人来讲，也可以将烦恼转为道用。所以在这个问题上面，大家应该可以这样修持。

刚才讲到的四种灌顶、生起次第、圆满次第的修法，第九品以后还会讲，这里只是简单提一下而已。

丙五（别说同分善业）分三：一、圆满二资双运之理；二、不住有寂之理；三、宣说果。

丁一、圆满二资双运之理：

下面讲第五个问题，别说同分的善业，分三个方面来讲，首先是“圆满二资双运之理”。前面讲了行持善业成为解脱之因的道理，下面讲如何圆满二资双运，即两种资粮双运的道理。

世间十善禅无色，有现福资后得境，

超越世间极无戏，胜义慧资入定境，

行持二资双运道，成就一切诸善妙。

可能这次我们讲业因果的时候，外面很多佛学知识比较浅薄的人，听起来比较难懂一点。但是过一段时间，我们也会讲比较简单的内容，比如依止善知识等。

这些内容其实非常重要，包括前面讲的阿赖耶、如来藏与其他法的关系，以及现在讲的随解脱分和随福德分善业之间的差别。

“世间十善禅无色，有现福资后得境，”世间的善法当中，比如十善、四禅、四无色定的现法，都是具有现分的，是有现的福德资粮。在修行过程当中，这些一般是在世俗当中、在后得位行持的，因为它不涉及入定。虽然四禅、四无色定也有一些入定，但与真正的入定——菩萨的无二慧入定相比较起来，它算是一种后得的境界。

因此上面讲的，世间当中没有以三轮体空或空性智慧所摄持的十善和四无色定等全是福德资粮。

“超越世间极无戏，胜义慧资入定境，”超越世间的、无有任何戏论（即无有任何边）的胜义谛智慧是入定境界，这叫做智慧资粮。

不管怎么样，我们做任何一件善事都需要成为福德资粮和智慧资粮——既要有世俗谛的福德摄持，也要有胜义谛的智慧摄持，这两个很重要。

“行持二资双运道，成就一切诸善妙。”如果行持这两种资粮双运，就能成就一切善妙。所谓的两种资粮双运，比如说我今天念经，用菩提心或空性智慧来摄持，就成为胜义谛的善根；同时，在世俗当中

以三殊胜来摄持，或者按照十善的要求来摄持，这就是福德资粮。所以，我们的善根都要变成福德资粮和智慧资粮，这是非常重要的。

因此，我们在世间当中行持的十善、四禅、四无色定的善法，如果以菩提心和空性智慧来摄持，就成为真正的解脱之因。

- **凡夫也能修持随解脱分善法**

你们方便的时候看一下《大车疏》，无垢光尊者引用了一个《中般若经》的教证，佛陀告诉须菩提：世间凡夫人一旦发了无上菩提心，他们行持的十善、四禅、四无色定，就全都变成了随解脱分善，而且成为如来正等觉的因，因此我们应该尽心尽力地这样去修持[36]。这个教证希望大家记住。

为什么要记住呢？因为很多人都有怀疑："我现在这样修法能不能变成福慧二资的解脱之因？因为我是凡夫人，是有执著的人，那我在还没有真正证悟空性之前，能不能修随解脱分的善法？"

我就经常有这样的疑惑。我有时候觉得："我现在的修行肯定还是可以的，蒙受善知识的加持和恩德，我还是会修福慧二资的双运。"有时候又想："哎哟，所谓的智慧，像一地菩萨才是真正具有的，那我凡夫人到底有没有随解脱分的善根呢？"我有这样怀疑过。

但是，《中般若经》的这个教证说得非常明

[36] 《大圆满心性休息大车疏》：《中般若经》中云："须菩提，诸凡夫一旦发无上菩提心时，彼等所行之十善与四禅、四无色等即成随解脱分善而成为一切遍知之因，故当尽力而修行。"

显：我们在凡夫位的时候，一旦发了菩提心——这个菩提心是凡夫位的菩提心，不是一地菩萨以上的菩提心，如果以这个菩提心来摄持的话，所行持的善法就可以成为解脱之因。也没有说一定要证悟空性才可以，教证里面没有这么说。

无垢光尊者的长行文里面说：以菩提心和智慧来摄持的话，所行持的善法就成为随解脱分的善根，是解脱的因[37]。《中般若经》里面说，凡夫一旦生起菩提心时，彼等所行十善、四禅、四无色定的善根，即成随解脱分善，并且成为遍知之因。我记得比较清楚。

所以，我们很需要行持一些善法，而且在行持善法的时候要想到，怎么样以出世间的智慧来摄持，这个很重要的。如果没有以出世间的智慧摄持，修行就有一定的困难。因此，大家对这个教证所讲的道理一定要重视。

这样之后，我们行持十善的时候就会作取舍。比如说，我今天持戒，不杀盗淫妄也好、不粗语也好，如果以菩提心来摄持的话，那它就成为解脱之因，这是非常重要的。

《大方便佛报恩经》当中也是这样讲的："应当勤精进，得出于三界，选择众善业，涅槃最安乐。"应当非常精勤地出离于三界，而且在善业当中要选择一个最重要的善业。意思就是说，我们行

[37] 《大圆满心性休息大车疏》："如前所说，十善与四禅、四无色是随福德分善法，但此处所说的是一位补特伽罗如若以发心方便与智慧摄持时，那么他所行的十善与四禅、四无色定等便成了解脱之因。"

持善法的时候要有选择性，不可能所有的善法都行持，短暂的人生是有限的，哪里有那么长时间啊？

我在微博上说过：现在广闻博学是不缺少的，大家在网络上都可以变成智者，没有问题的；但关键是能不能对治烦恼，能不能对自己的解脱有帮助。当然，我在微博上也不敢用特别佛教化的一些词，如果用太多所谓的“解脱、涅槃、‘槃涅’……”，就害怕很多人不能接受；如果不接受，有些人就不一定能得到真正的利益。

我想，像以前的古人，如果他懂得世间各种各样知识的话，别人就会觉得：“哇，这是智者啊，很了不起！”但现在，这一点大家都不缺，通过上网，什么知识全都爆炸在你面前，这是不稀有的。

但最关键的是，要有一些窍诀性的修法。最关键的是，我们要知道在短暂的人生当中，到底要做什么？在这么多的善事当中，到底要做什么？应该是用菩提心来摄持的善法。那用菩提心来摄持的善法，我们凡夫有没有资格做？有！《中般若经》里面也是这样讲的，无垢光尊者也是这样讲的。这样的话，你不相信因果就另当别论了，如果相信因果的话，你就会知道，我们每个人都有解脱的希望。

“行持二资双运道”，这就是成就的最好妙道。《入中论》中讲：“若彼三轮有可得，名世间波罗蜜多，三著皆空乃出世。”也就是说，行持布施等善法的时候，如果三轮都有可得，就是世间的波罗蜜多；没有三轮可得的话，就是出世间的波罗蜜多。因此，从现分和空分两方面来行持善法，就

是成就一切解脱之因。

我们在外面有时候可以看得到，很多佛教徒是在行持善法，但在行持善法的过程当中，如果不懂得以般若空性和菩提心来摄持，说实在的，他行持的所有善法到底能不能成为超离三界轮回的大乘解脱之因，还是成问题的。因此，有些关键的道理我们必须明白。

丁二、不住有寂之理：

犹如善业转三有，能得寂灭虽说业，

然已超离三有故，业中解脱实非业。

有些人可能会问："行持随福德分的十善会转生于轮回当中，那么，随解脱分的善会不会也成为轮回当中的业呢？"因为两者都是业——随解脱分善是一种业，随福德分善也是一种业，那么前者会不会也变成轮回的因呢？下面就讲这个问题。

"犹如善业转三有，能得寂灭虽说业，然已超离三有故，业中解脱实非业。"实际上，两者是有一点不同的。为什么呢？因为，行持随福德分善业，的的确确会转生到三有当中，它有这样的能力。而随解脱分的业，虽然有令众生获得寂灭涅槃的作用，但是从这种业的本体来讲，它已经超离了三有，因此它在业当中已经解脱了——它不是真正的业！其实随解脱分善业不是真正的业，这样一来，我们应该知道，虽然将随解脱分善业称为"业"，但是它的本体已经超越了轮回。

在大乘的见解当中，如《现观庄严论》所

说：“智不住诸有，悲不滞涅槃。”这里讲到了智与悲。有了“智”，就不会安住在三界轮回当中，因为没有任何执著；有了悲心，也不会像声闻缘觉一样，一直留在寂灭的状态当中。因此，这种善法已经超越了业的本性。

《宝鬘论》中讲：“无见堕恶趣，有见趋善趣，如实知真义，不依二解脱。”有了“有”的执著，就会有善有业，这样会趋入善趣；有了“没有因果、什么都没有”的断见，就会堕入恶道当中；而真正的解脱不住这两边——通达了万法空性的本体，才是真正的解脱之因。

我们应该知道，有智慧的人虽然显现在轮回当中，但实际上，轮回当中的所有烦恼对他都是无害的。《佛说大乘十法经》中有一个比喻：一些非常善巧咒术的人，通过念咒语，可以使毒蛇猛兽不会对他有害；同样，有大智慧的菩萨，通过善巧的智慧摄持，所有的烦恼对他来讲也不会有害的[38]。所以，世间当中所有的烦恼，对真正通达业之本性的人来讲，不会有任何危害。

总之我们应该知道，最究竟的业实际上是随解脱分的善业——它既是业的本性，又超出了业。依靠它的力量，我们在三界当中会得以解脱。可见，佛教的有些教义，跟世间的一些道理还是有一定的

[38] 《佛说大乘十法经》：“譬如咒术之人，以大咒术力故，诸恶毒蝈蛇等弄戏，然彼人不以此事断其命根。何以故？以彼人善通达咒术力故。菩萨亦如是，行世间住世间，住世间已，大智方便咒力故，共诸烦恼毒蛇而居戏暴，亦弄行住坐卧。菩萨不以此事故，于菩提而有退还。何以故？彼成就大智方便咒力故。”

差别，当你真正观察它的本体时，会发现它有不同的特点。

丁三（宣说果）分二：一、略说；二、广说。

下面讲善业的果，分为略说和广说两个方面。十不善业的果，前面已经讲了；十善业的果，前面也讲了一些，此处广说。

戊一、略说：

入道十善果异熟，等流增上及士用。

入了修行道而行持善法的话，它的果有异熟果、等流果、增上果和士用果，这是略说。下面的广说有九个科判。

戊二（广说）分九：一、异熟果；二、等流果；三、增上果；四、士用果；五、六度之果；六、四无量之果；七、二谛之果；八、善恶分别之果；九、甚深缘起之果。

己一、异熟果：

以行小中大品善，暂成人天终定胜。

一般听课过了三四十分钟的时候，人的大脑稍微需要休息一下，不管讲得好与不好，都需要稍微有点休息，之后记性就更好了。

“以行小中大品善，”人在行持善法的时候，其意乐、时间不同，整个状态也有强烈、微弱等的不同，因此会有小品善业、中品善业、大品善业。

“暂成人天终定胜。”善根比较大的会转生到无色界、色界，这是依靠禅定的力量；善根没有这么大

的话，就转生为欲界的天人或人。暂时会得到这样的人天福报；最终会获得决定胜，即获得佛果，就像我们刚才讲的，以菩提心、空性来摄持的话，会得到这样的善业。

总的来讲，做任何善业都会获得快乐。讲义当中引用了《般若八千颂》的一个教证：佛陀跟舍利子说，如果以菩提心来摄持，那么行持十善、四禅、四无色定以及六度当中的任何一度，乃至菩提果之间，善根是不会灭尽的[39]。这个教证很重要，大家还是要记下来。

在学菩提道的时候，现在世间人有很多怀疑，其实是因为他自己没有好好学。如果好好学的话就会发现，很多怀疑在经论当中已经回答得非常明白了。比如很多人会想："啊，我发了菩提心而行持善法的话，中间会不会被嗔恨心毁坏啊？"我以前也说过，如果你真的以菩提心来摄持的话，虽然中间可能会有一些嗔恨心等这样那样的烦恼，但是乃至菩提果之间，这个善根都不会被摧毁的——中间永远不会灭尽。这个很重要的！

以上讲了异熟果。前面讲了，从现在乃至菩提果之间，随解脱分的善根不会像随福德分善根那样灭尽，这个还是比较重要的。随福德分的善根，获得人天福报以后就没有了，但是以菩提心摄持的随解脱分善根，就像《入行论》第一品所讲的，乃至

[39] 《大圆满心性休息大车疏》：《般若八千颂》中云："尊者舍利子，以何善根趋入人间、天界复成就无上正等觉？以发无上菩提心摄持之十善、四禅、四无色定、六度，中间永不灭尽也。"

菩提果之间一直不会灭尽[40]。

我那天在加拿大多伦多大学讲菩提心的功德，当时觉得："我们还是要学大乘菩提心，这样之后，做很多善事都能增上，这一点很重要！"我当时一直有这种心态。

下面讲等流果，有同行等流果和感受等流果两种。

己二、等流果：

同行等流善自增，感受戒杀得长寿，

断除偷盗受用丰，断除邪淫夫妻和，

无有一切诸怨敌。断除妄语不遭谤，

断除离间互为友，断除恶语言适宜，

断除绮语众悦耳。断除贪心果知足，

断除嗔心具慈心，断除邪见具正见[41]。

"同行等流善自增，"下面讲同行等流果。跟前面所讲的一样，断除了杀生的话，即生当中就不喜欢杀生；断除了偷盗，即生当中也不喜欢偷盗——两个同学一起去某个地方，一个想偷东西，一个就不想偷东西；断除了邪淫，即生当中也会受持清净戒律，等等。与生俱来就喜欢做善事，不愿意做恶事，这叫做善业的同行等流果。

[40] 《入菩萨行论》："其余善行如芭蕉，果实生已终枯槁，菩提心树恒生果，非仅不尽反增茂。"

[41] 《大圆满心性休息大车疏》："本段颂词，藏文原文中没有将十善一一列出，只有等流果，但为了便于理解，在翻译时将对应的善业也补充上。"

很多人就一直有这种习气，不管别人怎么样……这跟后天的教育都没有关系，他生来在善和恶方面的习气就跟其他人不相同。

“感受戒杀得长寿，”下面讲，十种善业的感受等流果是什么呢？首先是“戒杀”，断除杀生会获得长寿。

现在很多人的做法是完全相反的，为了长寿要杀很多生——要补身体就杀鸡、杀鱼、杀猪等，杀很多很多众生。其实应该说，他们是非常可怜的，这也是世间一个非常颠倒的见解。

其实长寿跟你前世的放生等有关系，而且如果你想要即生当中长寿的话，那么按照现世现报的因果规律，即生当中也要不害众生的生命。

我经常想，汉地很多高僧大德是吃素的，住在世间的时间是特别长的，这也跟因果有一定的关系；而有些大老板，特别爱点杀活鱼等，这样的人好像很年轻就离开人间了。这确实是因果不虚——“戒杀得长寿”。

长寿的窍诀不是杀生，这一点世间人应该要懂得。很多人想“我父母要长寿，多杀一点什么什么”，“我要长寿，要吃点什么”。尤其是一些多病的人，想通过抢夺其他众生的生命来补上自己的寿命，恐怕有一定的困难，大家应该注意。

“断除偷盗受用丰，”以前断除偷盗的感受等流果，是即生当中非常有财富。

有些人即生当中为什么会富裕啊？实际上他原

来一分钱都没有，但是当前世的福报现前时，财富也很快就会现前。

人当中，有些人长得很好看，有些长得特别难看；有些特别富裕，有些特别贫穷……关于这些道理，佛陀在佛经当中讲得非常清楚。

比如《金色王经》中讲："善业为端正，不善为鄙陋，二业皆有报，必定实得果。"有些人做了善业以后，他就会相貌端严，财富、功德也很圆满。有些人因为前世造了一些恶业，即生当中又贫穷、又丑陋、又多病，自己也是没办法活在世界上，特别痛苦，而且说话也没有勇气、特别害怕，从身心的整个状况来讲都是非常不妙的。这也是跟他们的前世有关。如果我们稍微相信这方面道理的话，的确也是非常容易理解的。

- **行善不一定现世现报**

我以前看过一个经典，是《大庄严论经》，这里面有一个公案。说是一个医生全力以赴地为国王治病，因为他的医德和医术很好，最后确实把国王的病治好了，他心里就想："我治好了国王的病，他肯定会给我一些利益吧？"但是当他走的时候，国王什么都没有给。没有想到的是，国王通过另一个途径酬谢了他。原来他家里没有牛羊、没有房屋、没有家具，国王派人令他家里所有的财富都得以圆满了。他到了家里之后才发现，原来国王给他的特别多。

此经中还有一个教证，前面是说："施未见报时，心意有疑悔，以为徒疲劳，终竟无所得。"意

思是说，当你做了好事，还没有真正见到果报的时候，心里会怀疑、伤心，觉得："这次我做的一切都是徒劳无益的，没有所得。"

后面又说："既得生中阴，始见善相貌，如医到家已，方生大欢喜。"但是后来"生中阴"（可能指自性中阴[42]）的时候，才真正见到人的相貌庄严，这时才知道："噢，原来做善业的果报就是这样的。"就像那个医生到了家里才知道，所有财富都已经圆满了。这是一种比喻，我觉得很有意义。

刚才那个医生承侍国王时，还不知道国王如何酬谢他，他承侍国王相当于我们做善事的过程；当时他认为"我做这件事好像是徒劳无益的"，相当于我们做善事没有看到现世现报时的心态；后来他回到家里，发现所有资具都圆满了，就相当于我们做善业的果报最后呈现了。

所以，我们今天做的善业不一定像世间人想象的那样，马上现世现报，没有这样的，中间要有一个过程。它是换另一个角度，在其他时候，在你的身上呈现果报，可能是相貌端严、财富圆满、身体健康、美名远扬等，很多福报会在其他时间呈现。

"断除邪淫夫妻和，无有一切诸怨敌。"断除了邪淫之后，会夫妻和合、家庭美满，没有任何怨敌、违缘，非常快乐、幸福。

"断除妄语不遭谤，"断除了妄语以后，一般不会遭受别人各种各样的诽谤。

---

[42] 《俱舍论颂讲义》："法性中阴过后即为受生中阴，也叫转世中阴，此后开始投生即形成自性中阴。"

“断除离间互为友，”断除了离间语，你所接触的同事、道友等都是非常友好的。

“断除恶语言适宜，”断除了恶语以后，你所说的话会特别入耳、特别合适。

有些人好像说半天，别人也不知道他在说什么，但是有些人说一句话，份量和力量都非常强大。

“断除绮语众悦耳。”断除了绮语之后，他所说的话就非常悦耳。

同样的一句话，前世造善业的人说，大家都很能接受；如果由前世业力不好的人说，可能把很多人都得罪了。

以上是语言方面的感受等流果。

“断除贪心果知足，”断除了贪心，生生世世知足少欲、知足常乐。

“断除嗔心具慈心，”断除了嗔心之后，这个人常常具有大慈大悲心，不会很自私的。

“断除邪见具正见。”断除了邪见之后，常时具有善心，具有因果正见。

所以说，今生当中的修行好不好，其实还是跟前世有一定的关系。很多道友说：“我很想变成一个很好的修行人，但是实在没有办法，我前世的业力太重了！”

如果前世将杀盗淫妄等所有十不善业都做过的话，即生当中不好的业力就全部现前，而好的业在你面前、在你自己的相续当中很难呈现。自己倒是

很想做一个好人，但是呢……比如说一个人从来没有读过书，长大之后却很想变成有智慧的人，这有一定的困难，因为你最开始起步的资源太欠缺、太贫乏了，这也可能有一定的关系。

下面讲一下增上果，这个比较简单。

己三、增上果：

增上果生圆满境，食易消化药力大，

净处药等具美味，他人不欺离畏害，

众人和合得胜乐，随季成熟丰收果，

地平严饰清凉池，鲜花果实皆繁茂，

叶果药等具美味，资源富饶具亲友。

此处每一句对应的是断除一种不善业的增上果。

"增上果生圆满境，"断除了杀生的话，会转生到非常圆满的环境。

像西方有些国家，我一到了那里就会想到："哇，这里的人以前肯定断除过杀生，但他们今生杀生很厉害，以后可能不会转生到这样的地方了。"

"食易消化药力大，"断除不与取的话，会转生到一些饮食容易消化、药力非常大的地方。

"净处药等具美味，"断除邪淫的话，会出生于非常清净的地方，具有药树、美味等，什么都非常好。

"他人不欺离畏害，"断除妄语的话，不会受到别

人的欺骗，也不会转生到有危害的地方，而是转生到很安全的地方。

有些地方的人，经常受这个人的欺骗、受那个人的打击等，而断除妄语的人就不是这样，他们会转生到很安全的地方去。

“众人和合得胜乐，”断除离间语的人，会转生到特别和合的地方。

包括我们有些法师和其他的人，在他的家庭中，每个人都很真实的；他所在的群体也非常和合，有一种快乐的气氛。

“随季成熟丰收果，”断除粗语的话，会转生于四季没有颠倒的地方，果实会适时成熟。

“地平严饰清凉池，”断除绮语的话，会转生到非常平坦、有一些湖泊，并且有各种美好外境点缀、非常庄严的地方去。

“鲜花果实皆繁茂，”断除贪心的人，会转生于鲜花、果实、庄稼非常繁茂的地方去。

“叶果药等具美味，”断除了害心的话，会转生到枝繁叶茂、果实丰富的地方去。

“资源富饶具亲友。”断除了邪见的话，会转生到资源丰富的地方去。“资源”包括一些矿产，比如铁、金子、银子、煤炭等。

像山西的很多“煤老板儿”，他们以前应该都是断除邪见的。有些煤老板到国外去的时候，带着几千万美金，一袋一袋的全部装在一个大车里面。到那去买一栋一栋的房子，都是当场付钱，不需要

刷卡。他们国外的人就觉得很稀有：“啊？这些人有这么多美金，从哪里转过来的？”他们问我：“不管坐飞机也好，任何一个途径也好，拿这么多美金不安全吧？从哪里拿来的？”我跟他们说：“这是从福报而来的，你们找不到。”（众笑）应该说是从增上果而来的，对吧？

己四、士用果：

士用之果善增上，如意成办诸所愿。

“士用之果善增上，”所谓的士用果，跟前面讲的一样，不管做任何善事，它会一直不断地增长。

就像炒股一样，有些人正好遇到机会的时候，会赚很多很多钱。现在股市好像稍微好一点了，我倒是没有关注，但是前一段时间听很多人说过，这是他们非常关心的事，就像山上的个别人关心修行一样。城市里面的很多人都一直看着股市的上涨和下跌，尤其是到一些交易大厅的时候，会看到无数的人都在看着“虚空”想发财，这也是一种方法吧。

做善事和做恶事也一样的，时间久了以后，它有它的增长率。

“如意成办诸所愿。”因此，所谓的士用果，就像《普贤行愿品》讲的一样：“一切妙行皆成就。”有了这样的福报，一切妙行都会成就的。

通过以上的分析，希望大家对业因果方面有个比较好的认识。

第二十七课

思考题：

【知识类】

1、请分别说明六度之果、四无量心之果。

2、如何从二谛的角度认识业？在世俗中，请按照喻义对应的方式分析业的特性。

【修行类】

1、为什么说“业力不可思议”？业力是可以改变的吗？作为修行人，应如何对待业？

2、为什么说保持心清净很重要？如何才能做到？

【生活类】

1、什么是愚人的“秘诀”？我们应该如何对待这些“秘诀”？

今天讲《大圆满心性休息》的业因果品。前面讲了做善事的果报——十善的四种果，今天讲行持六度的果。

己五、六度之果：

此外布施具财富，持戒安乐忍相好，

精进具德禅心静，智慧获得胜解脱。

“此外布施具财富，”除了前面讲的十善之果以外，还有行持六度万行的果。行持六度万行，不管是布施、持戒、安忍、精进、禅定还是智慧，都需要以菩提心来摄持。如果以菩提心来摄持，就叫做

七波罗蜜多或者七种最殊胜的善法。《大车疏》中也讲了，六度一定要有菩提心来摄持，这样的话，生生世世感得的果报非常不可思议。

所以这里讲，如果前世做了布施，即生当中不管哪方面的财富都会圆满的。

“持戒安乐忍相好，”守持清净戒律的话，即生当中非常快乐——心情也很快乐，生活中也不会经常出现各种痛苦的事情。前世修安忍的人，即生当中相貌端严，长相相当好看。

现在很多人，尤其是年轻人，对自己的长相特别特别执著。我们去美国的时候，我问了一个人：“你们美国人在这方面怎么样？”他说：“我们美国人也特别注重长相，稍微有点钱的人，在美国本地和加拿大做整容手术，钱比较少的人，大多数都去韩国。”最近韩国的很多新闻当中也说，很多人因为做了整容，脸型都已经没办法恢复了。

按理来讲，真正的庄严之因是修安忍。但是这些人往往不修安忍，脾气特别不好。也许这辈子通过整容会变得好看一点，但是天天跟别人发脾气、愁眉苦脸的话，可能下一辈子更需要做整容（众笑）。所以，修相好圆满也是有一定的困难。

我们以前也讲过吧，《入中论》中说：“忍感妙色善士喜。”修安忍会获得妙色，而且令很多人非常欢喜。我们看到，有些人可能因为以前修过安忍，今生当中大家都愿意跟他交往。

“精进具德禅心静，”修精进会具有德行。如果某

个人的品质、品德都非常不错的话，他前世是修精进的。前世修禅定的话，即生当中心会很寂静，不会很浮躁、痛苦。有些人本来生活是很可以的，但是心特别乱，没办法静下来，不管处在什么样的环境当中都很痛苦。

“智慧获得胜解脱。”通过智慧能获得殊胜的解脱。

所以我们经常讲，通过修持六波罗蜜多，即生当中整个人的财富、长相、心态和德行等各方面的确都会获得非常殊胜的果报。尤其是前世持清净戒律的人，即生当中极其快乐。我感觉，有些人今生的德行非常好，守持的戒律极其清净；由于修清净的戒律，他整个身心都是非常安乐的，白天、晚上都过得特别快乐。

《大般涅槃经》中讲过：“持戒则为乐，身不受众苦，睡眠得安隐，寤则心欢喜。”意思就是说，修清净戒律的人会获得快乐，他的身心不会受到诸多痛苦；晚上睡觉也睡得很香，不会一直睡不着、好几天睡不着；白天醒过来之后，这种人一般也是特别开心的。

我身边的有些出家人也是这样，因为没有感情上、生活上、心理上的各种负担，很多人说，晚上睡下去以后，身体的整个姿势都不用改变，第二天早上醒来的时候还是这种状态，一直睡着，这说明心很清净。如果心态很浮躁，整个身心没有什么约束的话，恐怕白天也不安逸，晚上更加不快乐，甚至做各种各样的噩梦。这也是世间当中的一种规

律，大家也是非常清楚的。所以，内心的寂静应该是现在人们所谓的一种快乐吧。

这一点在《诸法集要经》当中也有："若人心寂静，诸根不散乱，决定趣菩提，此说为安乐。"意思就是说，如果我们的心清净，诸根也不会散乱，不像现在很多世间人一样。这种人死了以后，将来一定会趣向菩提，在这之前，生生世世当中也会获得快乐的。

现在大多数人不快乐、一直修行不成功，其实是因为内心不能寂静，整天都是非理作意，有一种非常伤感的心态，自己的生活也很痛苦。

其实我们在这个世界上，除了爱护和保护内心以外，应该没有什么可靠的。我总是这样觉得，整个世界当中，不管什么东西都不可信任，不是很可靠的。到最后你真正离开这个世界的时候，连自己的身体也不可靠，亲朋好友也不可靠，你积累的所有财富都不可靠，都是五家共用[43]，并不是自己独有的。

通过这些道理，我们也要看明白世界的真相，看明白世间当中到底什么才有价值。大家知道，六波罗蜜多不是一种传说。我们在修行当中，如果真的能守持一分以上的戒律，行持安忍、精进等等，那是非常有意义的。

己六、四无量之果：

下面讲四无量心的果。四无量心为什么叫"无

[43] 《大智度论》："勤苦求财，五家所共，若王、若贼、若火、若水、若不爱子用，乃至藏埋亦失。"

量”呢？《阿毗达摩俱舍论》中讲，因为它所缘的众生是无量无边的，所行持的福德是无量无边的，最后所得到的果也是无量无边的，因此叫四种无量心[44]。

慈心悦意悲成利，喜心圆满舍无垢，

总之福慧资粮果，暂时增上决定胜。

此乃妙道大车轨，三世诸佛圆满因[45]。

“慈心悦意悲成利，”前世经常修慈心的话——愿一切众生获得快乐的这种心，谁看到他都觉得特别悦意、特别可爱。修了大悲心的话，即生当中能饶益无量无边的众生。

“喜心圆满舍无垢，”修了喜心能圆满财富。你看想发财的话，也需要修喜无量心。现在很多人想发财就请财神，我对财神方面确实不是很专业。修舍无量心的话，会使自己的身语意无有垢染、心态堪能等等。

“总之福慧资粮果，暂时增上决定胜。”总而言之，修四无量心能积累智慧和福德两种资粮，它的果是暂时获得增上生即人天福报的快乐，最究竟获得决定胜即三菩提的快乐。

“此乃妙道大车轨，三世诸佛圆满因。”实际上这是一个大车道——通往解脱大道的大车轨，就像火车

---

44 《阿毗达摩俱舍论》：“言无量者。无量有情为所缘故。引无量福故。感无量果故。”

45 《大圆满心性休息大车疏》当中“慈心众人皆悦意，悲心利益无边际，喜心财富皆圆满，舍心自心极堪能。”的藏文原文是长行文，即注释部分，不是《大圆满心性休息》的颂词。

等都有通往目的地的大道一样，三世诸佛也是通过四无量心到达彼岸的。

因此，我们现在不修四无量心的话，获得解脱是非常困难的。有些人讲："缘一切众生对我来讲有一定的困难，缘一个众生、两个众生还是可以的。"当然刚开始的时候，四无量心也有不同的修法：先缘一个众生，再缘自己周围的亲朋好友，然后逐渐扩大范围，这是可以的。但不管怎样，四无量心一定要修行。

我们修菩提心之前，也经常讲四无量心，后面第七品也会讲的。它的功德是无量无边的，其实缘一个众生，让他快乐、远离痛苦的功德也是不可思议，更何况说缘一切众生呢？

《本事经》中讲："于一有情所，能修慈善心，其福尚无边，何况于一切？"对于一个众生，如果能修慈善心的话，其福德都是无量无边的，何况以所有众生作为对境，修慈悲喜舍四无量心的慈善心，那这种功德更是不可思议的。

《大车疏》中引用了《宝鬘论》中比较广的教证，讲了修四无量心、六通、智慧、悲心的果报是怎么样的，以及没有吝啬心、贪心而利他的功德是什么[46]。

[46] 《宝鬘论》："每日三时施，三百罐饮食，不及须臾间，修慈一分福。人天等慈爱，彼等亦守护，意喜身乐多，无有毒刃害，无劳事得成，感生梵天界，纵然未解脱，亦得慈八德。若令诸有情，坚发菩提心，常得如山王，稳固菩提心。由信离无暇，依戒生善趣，凭依修空性，不执一切法。于善不放逸，正直具正念，思维得智慧，恭敬证法义，护法具智慧。依凭闻正法，施法无障碍，感得伴诸佛，迅速成所欲。无贪成法利。无吝增受用。无慢成主尊。法忍获总持。以授五精

我以前也讲过《中观宝鬘论》，好像讲过两遍。我没有翻译之前，在其他译本上讲过。我在一个堪布那儿也得过传承。《中观宝鬘论》也很重要，在行持善法方面，我们有必要经常学一学。

刚才讲了《本事经》中的四无量心，它的果报应该是通往解脱大道的，三世诸佛都是经过这样的道而到达了彼岸，因此我们也应该行持这样的道理。

己七、二谛之果：

下面是第七个科判：二谛之果，即行持胜义谛和世俗谛的果。

如是有寂诸行业，依心心性即光明，

无作离戏如虚空，二谛之义缘起生。

"如是有寂诸行业，依心心性即光明，"前面讲到的业，如果再深一点理解的话，那么三有轮回的法也好，寂静涅槃的法也好，全部是以业来现前的。"寂"，指寂灭、涅槃法，"有"指的是三有。

怎么以业来现前的呢？所有的出世间法是由善业和无漏业逐渐形成的，所有的轮回和不清净的法是由有漏业、恶业以及一些随福德分的业形成的。

但是，就像我们前面引用《宝性论》中地、

华，及作无畏施，诸魔不能侵，成大威力最。佛塔供灯鬘，暗处置灯盏，油灯加油汁，依此得天眼。供养佛塔时，敬献妙乐器，铃铛螺及鼓，依此得天耳。不举他过失，不说诸残疾，随护他心故，获得他心通。施履及车乘，服侍羸弱者，乘骑奉上师，智者得神变。为法而行事，忆念法句义，法施无有垢，故得宿命通。如实尽了知，诸法无自性，故得第六通，永尽一切漏。为度诸有情，了真如等性，大悲润修行，成具殊胜佛。种种愿清净，佛刹即清净。宝献能仁王，得放无量光。故知业果理，随同而行持，恒常利有情，即利汝自己。"

水、火、风、虚空的比喻所说，归根结底，这个业是依靠心的，心性是光明的。那心的本性是什么呢？它的本体是空性的，本性也是光明的，光明和空性无二无别的。

“无作离戏如虚空，二谛之义缘起生。”从空性方面讲，“无作离戏如虚空”，没有任何能作、所作，远离了一切有无是非的戏论，就像虚空一样。但是从显现方面来讲，它的明分也是不灭的。而且，业在因缘具足的情况下一定会成熟的。

所以，二转法轮的胜义谛讲业是空性的，三转法轮的胜义谛讲业是光明的；从世俗谛上讲，业是丝毫不虚的，就像种子种下了之后，因缘具足的时候果一定会产生一样，在名言当中是无欺的，这叫做缘起。

我们讲到缘起性空的时候会说，真正了义的缘起就是万法的本性。在《解义慧剑》《缘起赞》《中观根本慧论》《中观庄严论释》，我给大家讲过的这几部论当中都提到过。

所以，从胜义谛当中观察，业的本体是不成立的；从世俗谛当中观察，它是成立的；再细致观察，发现它是依靠心的，最后心性也是光明的。这样的道理我们一定要明白。

我们一定要懂得胜义谛和世俗谛之间的差别。若谁已经懂得了胜义谛和世俗谛的差别，那么他已经懂得了佛陀的甚深密意；如果谁没有懂得胜义谛和世俗谛之间的差别，他对佛教的甚深密意就并没有懂得。

现在汉地的很多书里面也好，有些论师讲课的过程中也好，有个别人对胜义谛和世俗谛好像讲得比较模糊。但藏传佛教和印度佛教讲得非常清楚。

以前汉地也翻译过的《入大乘论》，译者说是坚意论师，可能是安慧论师吧——其中专门建立大乘是佛语。我记得里面有一句话："若不能分别，真俗二圣谛，如是则不知，佛法甚深义。"如果不能辨别"真俗"，即胜义谛和世俗谛，这样的人就不能了知佛教的甚深意义。也就是说，任何一个人，不管你是什么身份，是大教授也好、大堪布也好、大法师也好，如果没有懂得胜义谛和世俗谛之间的差别，包括它们的本质、分类等差别，那就根本没有懂得佛教真正的甚深意义。《中观根本慧论》当中也讲过相同的教证。所以，我们要明白佛教甚深义的话，一定要讲到胜义谛和世俗谛之间的差别。

关于胜义谛和世俗谛，也可以这么讲：所谓的业在胜义谛当中确实是不可得的，讲《金刚经》、讲般若空性的时候，所谓业的本体，不管是善业还是恶业，你去观察的时候都没办法得到；在世俗谛当中，它是因果的种子，一定是存在的。我们不能认为："啊，既然胜义谛当中不存在，那就什么都没有。"不能这么说。现在世间的万事万物在世俗当中是存在的——胜义当中不存在，不一定在现在的世俗当中也不存在。这样的甚深道理，我想很多人应该要明白。

这次听课的人有各种各样的层次。有些已经闻

思十几年、二三十年了，有些可能刚刚开始学佛，什么叫做胜义谛、世俗谛都不懂：“啊？什么胜义谛、世俗谛，是什么意思？‘di’是大地的‘地’吗，还是敌人的‘敌’？”我的发音是标准的普通话，所以说“胜义谛”的话，可能经常……嘿嘿！

《大车疏》中还引用了《三摩地王经》当中关于业、二谛之间差别的教证，讲得比较清楚。

己八、善恶分别之果：

第八个问题讲到“善恶分别之果”，即善和恶有不同的果。

好像有些人也没有书、也听不懂，很痛苦的样子。你们旁边的人如果有书的话，就让他看一下，也不要特别吝啬，对吧？我们学院经常有一些新来的，有些是旅游的，有些是莫名其妙就来到了听法的行列当中，没有书的话有时候可能听不懂，一个小时也是度日如年，以后你们还是要照顾一下。

本来清净无而现，业作一切如画家，

恒时跟随如身影，不迁他处如苦乐，

自性难挡如河流，能变高下如君主，

极其广大如虚空，黑白不变如莲花。

这个颂词很重要，讲到了善恶的本性和果，当然科判当中讲的是果，但实际上也可以说业的本性和果这两者是同时讲的。刚才讲二谛的果也是一样：一方面讲业自己的本性，一方面讲业在二谛当

中出现的果是什么样的——它在世俗当中有无欺的果，在胜义当中远离一切戏论。这里的善恶之果也是一样的。

“本来清净无而现，”一切业也好、烦恼也好，在本性上是空性的，但是它的显现不灭，即无而显现。

善恶的业，真正从其本体上观察的时候，就像《金刚经》所讲的一样，在世俗当中如梦幻泡影，胜义当中一切相皆为虚妄，而且再观察的时候，就根本一无所得。

“业作一切如画家，”虽然如此，但在世俗当中，在我们面前，确实是“业作一切”——业能作各种各样的事物，就像画家一样。

画家画人也可以、画马也可以、画火车也可以，各种各样的事物都可以画得栩栩如生。同样，我们在即生当中因为造作的业是不同的，将来变成人也有可能，变成动物也有可能，变成天人、地狱等众生也有可能。因为我现在的业不同，将来我就把自己“画”成了这样。这是说，业就是画家。

其实我们每一个人都是画师，将来自己会变成什么样呢？自己可以描画。其实我们也是自己偶像的作者，有些人特别喜欢一些明星的话，就可以在这方面操作。

“恒时跟随如身影，”业恒时都是跟着我们的，但我们可能看不到。即生当中，乃至业没有消尽之前，它一直跟着我们，就像身体的影子一样。

如《功德藏》所讲，就像高空当中飞翔的飞禽，暂时看不到影子，但是一旦它落到地上，它的身影也就黑乎乎地跟着下来了[47]。同样的道理，我们每一个人从无始以来一直带有很多很多的业，可我们现在是看不到的。

我经常觉得，虽然说业是看不到的，但是的确也能看得到它的作用——每个人的习气都不相同，烦恼也不相同，根基也不相同，有时候智慧也不相同。有些人以前行持善法比较多，即生当中接受能力等都很强；有些人很想学，包括我们有些道友很想背诵，很想做一个好人，但是一旦业力现前就没办法了。因此业虽然看不到，但是它在不断地起作用。

"不迁他处如苦乐，"它不会迁移到别的地方去，就像我们自己身上的苦和乐一样——我今天的痛苦或快乐，都没办法迁到别人身上。所以，业就像我们自身带着的苦乐一样，没办法"传染"给别人，或者让别人代替。

"自性难挡如河流，"业的自性非常难以抵挡，一旦业力成熟，谁也没办法的。

1984年，我在德巴堪布面前听课，那时还没有出家，是半出家、半在家的时候。有一个人曾经当过出家人、后来还俗了，我住在他的房子里面，因为我当时在家乡的寺院里没有房子。那个时候我各方面还是非常地精进，因为当时刚想出家，就像现

[47] 《功德藏》："高空飞翔金翅鸟，虽暂不见身影现，然与其身无离合，因缘聚合定现前。"

在某某个别人一样。

那个时候，我就问那个人："你以前不是当出家人吗？现在怎么还俗了？"他把《大圆满前行》里面的很多道理、教证背得很好的，他就说："无垢光尊者不是说过吗？业的自性像河流一样难以阻挡，所以我最后业力现前，不得不还俗，没办法。"他就引用这个教证和大圆满的一个教证来自我安慰。

所以这里也讲，有些人恶业出现的时候，就像江河泛滥一样，你要想砌个堡坎，或者怎么样想阻挡的话，都是很难的。有时候前世特别大的一些业力现前，可能很多人都没办法，很难阻挡。

"能变高下如君主，"业能变高、能变下，就像皇帝、国王一样，国王可以让别人的地位提升，也可以把他关在监狱当中，业也有这种作用。我们很有可能因为做善业而变成全世界最富裕的人，也可能因为做一个恶业，下辈子马上变成一个非常低下的乞丐、残疾人等等。

"极其广大如虚空，"业非常广大，就像虚空一样。它是无法描述的，其范围极其广大。

"黑白不变如莲花。"业又像睡莲和白莲一样，互不杂染、毫不混淆。不管做善业、做恶业，任何一种业都有一种规律性，隐藏在你的阿赖耶上面。

所以，我们一定要懂得业的意义。确实，相关经典当中都讲到了，真正懂得了业，才懂得了佛教的甚深意义。我前一段时间也讲了，我们藏地不管

是智者也好、愚者也好，都认为，如果某个人对因果很谨慎，人们对他道德上的评价就非常高。

总之，在整个世间当中，业是丝毫也不会耗尽或错乱的，它是恒时存在的。《诸法集要经》当中说："大地有散坏，海水亦枯竭，唯业画长存，随处而显现。"大地有散坏的时候，大海也有枯竭的时候，唯有像绘画一样的业长存，而且是随处而显现的。也就是说，唯有业是毫不杂染的，它与你如影随形，永远不会有丝毫错乱，也不会凭空耗尽，业是以这样的方式来存在的。

- **舍弃愚人的"秘诀"**

很多人确实不知道这种道理，反而以自己的分别念来认为"善恶不存在"或者"因果不存在"，尤其是在现在所谓的无神论，以及各种宗教、非宗教思想的提倡下，人们在生活当中的个别观念特别可笑。

《百喻经》当中有一个故事，一个人从印度的北方到南方去，后来在那里成家、生活。他有一个习惯，就是吃饭特别特别快，每次都是"吃快餐"。他的妻子就感到稀有，问他："你为什么这样？每次吃饭，我还没有开始，你都已经吃完了，这是什么原因？"他说："这是我的一个秘密，不告诉你。"于是他很多年一直不说。但后来通过他妻子再三劝请，有一天他告诉她："这是我们家祖祖辈辈的一个传统。"她本来以为这个秘诀可能真的很特殊，但听他说了好像也没有什么，他吃饭这样快

只是他们的一个“传统”而已[48]。

佛陀说，个别地方的人认为长期延续下来的某种观念是合理的，其实他们跟这个人是一样的。这个人也是愚人，吃饭没有什么传统的，爸爸妈妈吃得快的话，你不一定也要吃得快，这不一定是个秘诀。但很多人都是这样：“我的爷爷奶奶认为因果不存在，这是我家里的传统。我们不相信这个——爷爷不相信、爸爸不相信、我也不相信。”这种“不相信”相当于是他的一种观念，但这是不合理的，是愚人的一种追求，愚人的一个“秘诀”。

现在的有些年轻人，我觉得要好一点，不像前几十年的人，那个时候的人就是“我不信这一套”。但你不信因果等道理是有真正的理由还是没有理由？如果没有理由的话，那就是一种愚痴，这叫做迷信。虽然你不信因果等，但是你已经“信迷信”了，可以这么讲。

- **业力不可思议**

《大车疏》也引用了《正法念处经》中的教证，讲得非常细致。的确，我们在生活当中有时候也感觉得到，业确实是不可思议的，每个众生身上出现的一些事情也是很难以阻挡的，包括你生的

[48] 《百喻经》：（六九）效其祖先急速食喻：昔有一人从北天竺至南天竺，住止既久，即聘其女共为夫妇。时妇为夫造设饮食，夫得急吞不避其热。妇时怪之，语其夫言：“此中无贼劫夺人者，有何急事匆匆乃尔不安徐食？”夫答妇言：“有好密事不得语汝。”妇闻其言谓有异法，殷勤问之，良久乃答：“我祖父已来法常速食，我今效之，是故疾耳。”世间凡夫亦复如是，不达正理不知善恶，作诸邪行不以为耻，而云我祖父已来作如是法，至死受行终不舍离，如彼愚人习其速食以为好法。

病、你产生的烦恼、你的工作、你的家庭……好多好多事情并不是你所想象的那样。你即生当中很想以某种方式来过生活，但是因为你没有自由，前世的业力造成了现在的你，你已经被推到了今天。这个时候，你本来想这样，但是因为前世的业，你却不得不那样做，没有办法。

《俱舍论》讲，有一种业叫做引业，有一种业叫做满业，在非常复杂的业的推动和驱使下，有些事情我们确实也是没办法的。业就像国王一样，国王下命令之后，我本来不想这样做，但是也没办法，只有在他的手下。同样，我们在业的支配下，现在也只有这样做。但是未来的安排者、主导者就是我们自己，我们的教育者也是自己。那么，以后是生生世世快乐，还是生生世世感受痛苦呢？这一点掌握在我们自己的手里。

在这些问题上面，如果你实在没有智慧的话，那没办法的；如果稍微有一点智慧的话，我们都是人，自己应该想一想。确实当我看到周围发生的任何情况，以及网上各种各样事情的时候，第一个概念就是："啊，业力不可思议！"我有这种感觉，很惊讶的。

比如今天，我听说一个病人病得非常严重，特别特别痛苦，他的惨叫声特别让人悲伤。但是业力现前的时候也没办法，我虽然给他念个经，也不可能阻挡业力，如果能阻挡的话，佛陀早已将三界可怜众生的业全部斩断了。

业力已经现前的时候是没办法的，但我们对将

来的因果可以谨慎取舍，其实每个人也应该是自己未来的造作者。在这方面，你们也应该想一想。无垢光尊者的金刚语确实讲得非常细致，每一个比喻都让我们有很多思维的空间。而且在现实当中，东西方人类的历史上以及当下发生的各种情况，都可以说明业力的果是不可思议的。

包括我们当中，有福报的人做很多事情是轻而易举、非常顺利的；没有福报的人，不管什么事情，怎么样做都非常困难，一直坚持不下去、扛不下去。现在很多人都说“我现在扛不住了”，“我现在坚持不下去了，已经没办法了，开始垮了”，“已经崩溃了”，“已经疯了”等等。这可能也是因为有些业力的河流已经来了，虽然你砌了一些堡坎，但是已经没办法了，马上就要被冲走了。这方面值得我们思维。

己九、甚深缘起之果：

这个《心性休息》确实很好，讲一次你们不一定能听得懂，以后要多次看、多次思维。

观察诸业无本性，如梦能现异苦乐，

心立诸业无实相，因果无欺深缘起。

非有非无无二性，行何成熟如是果，

此乃如所尽所境，遍知如来所宣说。

“观察诸业无本性，”我们前面也讲了，如果在整个世界当中寻找业的本体，不管是在外也好、在内也好、在中间也好，在任何地方寻找都是得不到

的。

如《入行论》所讲：所谓的烦恼，在外面也没有，在里面的根身上也没有，在中间也没有，在其他地方也没有，这样的话，烦恼怎么害众生呢[49]？

我们的业确实也是这样的，如果真的去找的话，所谓的善业也好、恶业也好，它的来源也找不到，住处也找不到，去处也找不到，其本体确实是找不到的。

“如梦能现异苦乐，”虽然胜义当中找不到，但是在世俗当中如梦如幻、如阳焰水一样可以有各种显现，也一定会给我们带来苦乐——善业带来快乐，恶业带来痛苦，这些无有任何欺惑。

“心立诸业无实相，因果无欺深缘起。”而且这样的业，是无明和行的因缘具足时开始造作的，是心安立的。但是你真正去寻找其本体的时候，实相也找不到、相状也找不到。这就是因果无欺的缘起性。

什么叫缘起？大家知道，胜义当中皆空，世俗当中无欺而存在。而且它的存在有一定的规律，并不是做善事一定会感受痛苦，做恶事会感受快乐，这不是一种规律；而是做善事之后真正会获得快乐，这是无欺的缘起。

“非有非无无二性，”如果我们再次观察业的本性，它不是有的，也不是无的，也不是有无二者，也并不是有无二者以外的。即如前所说，在胜义当中远离四边八戏。

[49] 《入行论》：“惑非住外境，非住根身间，亦非其他处，云何害众生？惑幻心莫惧，为智应精进。”

“行何成熟如是果，”在世俗当中，行什么样的业就成熟什么样的果。比如我做布施的话，将来会生生世世财富圆满；我持戒的话，将来生生世世获得善趣的快乐；我安忍的话，生生世世长相非常好。所以说，所有的果无欺而存在。

“此乃如所尽所境，遍知如来所宣说。”这一点从空性方面讲，实际上是佛陀如所有智的对境，从世俗无欺的显现方面讲，是佛陀尽所有智所了知的。因此在世间，唯有遍知佛陀知道因果无欺的真正道理。在《缘起赞》当中，也是通过业等缘起性空的道理来赞叹佛陀。

印度的一位尊者叫巴雪大师，他在《中观宝灯论》中也讲过：“出有坏您说，因果无欺惑，诸业皆如梦，他论未宣说。”释尊您说因果是无欺的，所有的业实际上是如梦如幻的——当时无欺存在，真正会带来快乐和痛苦，但是到真正观察的时候，它就像梦中的感受在醒来时就没有了一样。因此，我们现实生活当中所有的业也全部都是这样的一种本体。

我相信在座各位听了《心性休息》之后会知道，所谓的业在胜义空性当中是什么样的一种本体，在世俗名言当中是如何存在的。这个时候我们不会说“业要存在的话，胜义当中也是不会空的”——不会堕入这样的常边；也不会认为，业不存在的话连名言当中也不存在，“啊，一切都是空性的，我什么恶业都可以做”——也不会堕入这样的断边。

- **“业力最为大”**

《大智度论》中说：“业力最为大，世间中无比。”业的力量在世间当中没有能与之相比的。世间人经常说“这个伟大、那个伟大”，但实际上，在世间当中真正最伟大、最广大的就是业的力量。所以龙猛菩萨也说，世间当中业确实是非常广大的。

在现实生活中，我自己非常诚信因果不虚。因为我即生当中的很多方面，包括自己的心态也好、事业也好、所作所为也好，都跟前世的业有主要关系。当然，这些跟我即生当中的努力和发心也是分不开的。

所以，世间各种各样的现象都跟业有密切关系。而且我们的很多不同，也可以承认是业。《华严经》中说：“一切世间之所有，种种果报各不同，莫不皆由业力成，若灭于业彼皆尽。”世间所有各种各样的果报都是不相同的，这些无不是由业力所成，如果把业灭尽，所有的果报就都没有了。

这与《中观根本慧论》所说的完全一样，世间各种各样不同的形象，其实是由业形成的；一旦通过般若空性的道理，把自相续的业、烦恼、无明灭尽，一切虚幻的现象就都没有了；那个时候就证得了无上菩提，那个时候我们确实没有被现在的虚无所束缚、缠缚[50]。

但现在的人们是什么样呢？都是在不同业的控

---

[50] 《中观根本慧论》：“内外我我所，若尽灭无有，诸取即为灭，取灭则生灭。业烦恼灭故，名之为解脱。业烦恼非实，入空戏论灭。”

制下，都有一些非常坚固的、不同的价值观，什么样的价值观呢？“我”本来不存在，认为“我”是存在的，这是一个颠倒的价值观；本来不是常有的东西，认为是恒常不变的，这也是一个颠倒的价值观；本来是不干净的东西，认为是非常干净的；本来不是“我的”东西，认为是“我的”、为我所有。诸如此类，叫做四种颠倒。

以四种颠倒为主的很多事情，其实我们都在颠倒着。包括对自我的执著，胜义当中“我”确实是不存在的，凡是学过中观的人都会明白这个道理。这不是佛教当中的一个传说、一种“传统”，就像刚才说的“吃快餐”的“传统”一样，不是这样的。当我们真正用智慧去观察的时候，所谓的“我”只是一种假立的分别念而已，实际上是不存在的。

但是，我们明明知道这个道理，还是会从早上起来到晚上睡觉，始终都有一种“我”的执著。原因是什么呢？就是因为我们相续当中有一种业。一旦这样的业逐渐减少乃至斩断，就是所谓的“大彻大悟”。这一点，大家通过历史也看得出来。而且在座的很多修行人通过自身的修行也能看出来，原来自己生活当中的价值观到最后有什么样的变化，在这个时候，你的快乐是什么样的？而这仅是世俗当中的快乐，更何况是胜义当中无我的大乐智慧呢，就更不用说了。

所以，无欺因果的道理非常重要。我自己认为，这次通过大家对无垢光尊者祈祷以及对他非常

有恭敬心的缘起，再加上对佛教有虔诚的信心，我们有了现在内外各方面因缘的聚合；正因为这种因缘的聚合，很多人特别希望在短暂的人生当中，至少对无欺因果有一种正见或定解，这就叫做世间正见。这样的世间正见确实是人间当中非常珍贵的一种获得。

世间当中，可能每个人都觉得“这个获得很重要、那个获得很重要”，但是对每个人来讲，最重要的还是要有个因果正见，因为它牵涉到每个人将来的快乐和痛苦。你如果根本不承认或者已经知道前世后世不存在，那就没办法了，可能很多事情就没有意义了；但是，如果你已经明白了前世后世存在，那即生就是将来上去下去、将来要去向哪里很关键的一个点。就像一个孩子在高考时能不能考取，关键是那几天一样。我们将来多少年去向的分配，也跟即生当中的行为和取舍有直接关系。

关于这一点，大家不要因为我是这样说的，也不要因为无垢光尊者是这样说的，就盲目相信。你们自己也应该好好地想一想：虽然不知道在这个世界上能活多久，但是所谓的业对自身来讲，它的作用是什么？我行持善法或恶法的话，将来的生活会变成什么样？在这个时候，很多道理我们自己会明白的。

第二十八课

思考题：

【知识类】

1、请分别说明六度之果、四无量心之果。

2、如何从二谛的角度认识业？在世俗中，请按照喻义对应的方式分析业的特性。

【修行类】

1、为什么说“业力不可思议”？业力是可以改变的吗？作为修行人，应如何对待业？

2、为什么说保持心清净很重要？如何才能做到？

【生活类】

1、什么是愚人的“秘诀”？我们应该如何对待这些“秘诀”？

下面我们接着讲《大圆满心性休息》业因果品的第六个问题：破除他宗的邪分别。

丙六（破他宗之邪分别）分四：一、破谤因果；二、破斥空见；三、破有顶具识；四、宣说真实业果。

关于业因果方面有很多邪知邪见，这分四个方面来讲，首先说破诽谤因果的宗派。

丁一、破谤因果：

何人诽谤业因果，则为外道断见徒，

谁执空见为究竟，堕于断边愈下堕，

此等趣入诸恶道，永不解脱离善趣。

我们前面讲了业因果的取舍之理——“善有善报，恶有恶报”的道理是永远也不会虚耗的。《大智度论》当中讲：“复次，如影，人去则去，人动则动，人住则住；善恶业影亦如是……”意思是说，就像影子，人去它也去，人动它也动，人住它也住，业因果与此没有任何差别。这是从人去、人动、人住三个方面来比喻的——人住也好、去也好、动也好，身体的影子都是跟着的，只不过有时候看不到而已，业也是一模一样的，一直跟着我们。

“何人诽谤业因果，则为外道断见徒，”世间有个别人是增上慢者，他自己认为因果确实不存在，尤其是学了一些禅宗、中观、《金刚经》之后，就觉得一切都是空性的，就开始诽谤因果，说“善也没有，恶也没有”，这种人就是外道的断见派。

大家都知道，断见派认为前世后世不存在，业因果不存在，四谛、三宝也不存在，断见徒就是这样的。

“谁执空见为究竟，堕于断边愈下堕，”谁执著这样的空见为究竟的话，就不会有解脱的时候，会越来越下堕。如果他们堕入了八寒地狱、八热地狱当中，是特别可怜的，会越来越下堕。

“此等趣入诸恶道，永不解脱离善趣。”这些人趣入了地狱、饿鬼、旁生的恶道当中，永远也不可能解脱，远离了人道和天道的善趣。

佛经当中讲，诽谤因果的原因有两种：一种是因为自己非常愚痴而产生傲慢心，这是增上慢；还有一种是因为邪知识而产生嗔恨心。这些实际上都

是不合理的，因为都是愚痴导致的。有些人虽然不是那么愚痴，表面上看起来还是很有智慧、很聪明的，但实际上也是因为受其他一些宗派或者环境等的影响，最后不承认因果。

尤其是现在这个世间当中，大多数人生长在一个“无天、无神、无鬼”的环境里，因此很难免有各种各样的见解，而这些见解我们应该要排除。佛陀真正的教言是说：在胜义当中，业因果也好，净土、地狱也好，都是不存在的；但是没有达到这种最究竟的境界之前，暂时在名言当中、生活当中，业也是不会毁灭的。

《大乘入楞伽经》中也说过：“我常说空法，远离于断常，生死如幻梦，而业亦不坏。”佛陀说：我常常说的空法，在究竟意义上是断除一切常和断的；生和死的轮回是如梦如幻的，在名言当中是存在的，并且产生轮回的因——业和无明也是无欺而存在的。所以我们有时候说，一切万法在胜义当中悉皆空性，但在世俗当中是如梦如幻、毫不混杂、毫不错乱、实实在在地存在着。

在座的有些道友，现在你可能是承认前世后世和业因果的人，但是你不注意的话，很容易被邪知识和恶人引诱，最后连业因果都不承认，认为三宝也不存在、造恶业也不存在、造善业也不存在，那这是非常可怕的事。

所以无垢光尊者在这里讲了，如果认为在名言当中业因果也不存在，并对之诽谤，这种人叫断见派，特别可怜，跟顺世外道没有任何差别。

所以，我们在生活当中千万不要说业因果不存在。你自己也许因为前世的业力而犯了戒律，或者因为今生的烦恼而造了恶业，比如吃肉、杀生等，这时你应该懂得忏悔；而不应该在犯了这些错误之后，为了掩盖罪恶，就在表面上口口声声地说："这是没有罪恶的。"有些恶人经常会说这种恶语来掩盖真相。

其实，好人行持善法是比较容易的，而恶人行持恶法也是容易的。记得我刚开微博的时候，应该是四五年前吧，大概是2010年，那时我引用过一个《正法念处经》的教证："善人行善易，恶人行善难。恶人造恶易，善人作恶难。"好人行持善法容易，行持恶业是比较难的；反过来说，恶人造恶容易，造善是困难的。

的确是这样的。如果说一个人是恶人，好像造恶对他来讲特别容易，生嗔恨心也非常容易，吵架也很容易，身口意所有的罪业对他来讲是轻而易举地经常犯；然而作为善人的话，造这些是很不容易的，因为他本身生生世世身口意都非常清净。

我当时说我很喜欢这个教证，如果你们记不得的话，有一本书叫《积微成博》，第一册的前面几页当中有[51]。

丁二、破斥空见：

下面是第二个科判"驳斥空见"，即驳斥"一

[51] 《积微成博》：哦，我突然想起了《正法念处经》的一颂："善人行善易，恶人行善难。恶人造恶易，善人造恶难。"很喜欢这个教证，文字简单，却意义深刻。不知你对此有何感触？

切都是空性”的说法。

有谓因果悲福资，不了义法不成佛，

言诸瑜伽士当修，了义无作如虚空，

此等说法真可笑！此乃最重断见者，

入于最深劣道中，破因立果诚稀有！

“有谓因果悲福资，不了义法不成佛，言诸瑜伽士当修，了义无作如虚空，此等说法真可笑！”这也是我们应该懂得的。现在有些人说：因和果不存在，造善业、造恶业之后，快乐或痛苦的果不存在；修持大乘佛教的大悲心、菩提心、慈悲心也没有用；修智慧资粮和福德资粮也是没有用的；这些都是不了义的法，依靠它们是不能成佛的。

有些人经常这样讲：“你们修加行、遵守因果有什么用？这些都是不了义的。我们这些瑜伽士应该修了义的法，真正的了义就是无有任何造作，如同虚空一样的。”他们的眼睛一直睁得大大的，直视前面的虚空，认为自己真的已经通达了虚空一样的境界。

因为修其他的法比较累嘛，修五十万加行的话，磕十万个大头对他来讲特别难。因为他是恶人，刚才也讲了，一般恶人行持善法特别难，他不愿意这样做，然后为了找借口，虽然他也不懂什么叫做“了义、不了义”（第八品会讲了义、不了义），但是经常会说“不了义法不成佛”，这种说法是非常可笑的。

“此乃最重断见者，入于最深劣道中，破因立果诚稀有！”这是非常严重的断见者，而且他“入于最深劣道中”。为什么呢？因为他已经破了因了，即前面说的善恶、悲心这些因已经破完了。然后他想建立一个果，建立什么样的果呢？如虚空一样的大圆满、大中观这样具有非常高深见解的境界。这样的境界所需要的因缘、福德资粮、智慧资粮，他不承认——因不承认，果是承认的，这种行为极其可笑！

像外道当中有一种叫做顺世外道，他们对现量的对境，包括种子种下去会产生苗芽和果实，也会承认的。现在世间当中有比顺世外道还可怜的人，所以我们一定要想到，世间有很多很多持邪见者，而这些邪见应该以很多因缘来断除。

其实，断除邪见也需要一种正常的闻思。佛陀在《大悲经》中说：“有二因缘能生正见。”有两种因缘能产生正见。哪两种因缘呢？“一者从他闻法，二者内正思惟。”一个是在具有法相、懂得佛教真理的善知识面前，不断地听闻佛法；还有一种是听完了之后，自己再内观思惟，不断地修行。只有这样，真正的正见才可以现前。众生无始以来造的业是比较多的，相续当中不敢说没有这种邪见，所以应该通过这种方式来断除。

当然我也说了，现在有些人说“大圆满最究竟的境界如虚空一般”，这样一说好像是很容易的，造善业也没有、造恶业也没有，什么都没有，就像虚空一样。听起来比较舒服，看起来也可能比较容

易，但这只是造恶的一种借口而已。其实这样的语言无论是谁说的，我们都不应该被他欺骗。

- **具真见解不动摇**

我们有些人虽然闻思很多年了，但是后来在生活当中遇到恶友的时候，听他说一句两句就马上改变了自己原来的正见。而真正有智慧的人会有一个坚定的见解，这种坚定的见解不可被别人动摇和改变，这是非常重要的。

佛陀在《大集经》中讲过一个公案，当时有两个人准备出家，魔王非常不高兴，他想："这两位尊者的智慧相当超胜，如果他们出家的话，对我的魔宫和事业会有极大的危害。"所以，魔王就变成马星（胜）比丘的形象，在他们准备出家的时候前去制止，跟他们讲了很多："其实佛陀已经说了，一切法都是空性的、不存在的，业和因果也是不存在的，前后世也是不存在的，善恶也是不存在的……"

但是这两个人的确也有自己的智慧，他们觉得他可能是魔变的，看出了这种说法既不像佛陀的语言，也不是真正的马胜比丘的语言，所以他们没有信任他、没有被说服。于是魔王特别不好意思，就回去了。

这两个人回去之后，开始给他们的弟子讲生死轮回、生老死病的各种道理。这个时候魔王又受不了了，再次出现在他们面前，以马胜比丘的形象说："其实生老死病等生死轮回的道理就像虚空一样，没有什么，就像虚空没有造作一样，生老死病

也是不存在的。”但他们最后也并没有承认这一点，没有被魔王动摇。后面还有很多精彩的故事[52]。

其实，如果具有真正的见解，很多人就没办法被动摇。但是现在很多人闻思了多年之后，听别人说了什么，甚至听其他一些宗教的人说得有声有色的时候，马上就放弃了自己的见解；或者听有些所谓的上师说：“你不用闻思，现在你应该放下这些，这些都是执著，你不需要执著的。你现在就一心地给我修，天天观虚空，天天都观最高的法，我们都是最高境界的人，不需要这么艰难……”这样之后，他马上就动摇了，因为自己没有基础的时候很容易被别人骗。说实在的，我很希望大家自己打好基础，至少也要不容易被别人骗，有这么一个境界也是非常重要的。

因此，我们以后不要说“这些所谓的善恶方面是不了义的”——“了义”和“不了义”不是这样来分的。以前我听到两个和尚在辩论，有一个人他

52 《大方等大集经》：“尔时世尊故在欲色二界中间大宝坊中。与诸眷属围绕说法......时有比丘名曰马星。于其晨朝从禅定起......尔时忧波提舍及拘律陀。告诸弟子。此间今有释迦如来。我已咨受其所说法。汝等今者欲何所趣。尔时魔王告诸天众。鸯伽摩伽陀国有二大人智慧最胜。一名忧波提舍。二名拘律陀。今欲为彼瞿昙弟子。若此二人从彼瞿昙沙门受法。我境则空。我今欲往转彼二人出家之心。尔时魔王即化其身作马星像。至忧波提舍拘律陀所。而作是言。善男子。我先所说试汝智耳。汝既无答。释迦如来。真实不作如是之言。如来常说。无善业果无恶业果。若能亲近五欲乐者。是人即得甘露法味。又言无有今世后世。是故无业。若无业者谁作谁受。既无种子云何得果。释迦如来唯作是说。尔时忧波提舍与拘律陀。各相谓言。如是语者即是魔说。非如来语。又非马星比丘所说。魔知是已即便灭去。尔时二人复告弟子摩纳。汝常谛观生老病死世无免者。我今已能永灭诸苦。汝等今日欲何志求。尔时魔王复更化作马星形像。而作是言。谁能破坏生老病死。譬如有人说言。我能坏彼虚空。无有是处。若言能坏生老病死。亦复如是......”

自己说不赢，就说：“‘善有善报、恶有恶报’这些是不了义的，不要给我讲，我要讲了义的空性法、光明法。”说起来是非常容易的，但是“了义、不了义”是这样来分的吗？实际上并不是。

因此，我们应该懂得无垢光尊者原本的意义。希望我们这里的很多佛友把这个法本里面所说的每一句话，当作即生当中最重要的语言来对待，千万不要把它看做一般世间的语言。因为你们有些人看的小说等乱七八糟的书太多了，也许把《红楼梦》里的话跟无垢光尊者说的话“一视同仁”，或者把《哈利波特》里面的有些道理跟无垢光尊者的话相比，认为：“啊，这里面讲的更吸引人！”可能会有一些人这样想的，那是非常可笑的。

虽然我也看各种各样的书，包括政治、经济、军事方面的书，以及小说等文学作品，凡是我能看懂的很多都看；但是我随身携带、终身陪伴的是具有加持力和金刚语、自己得有特殊传承的书，并不是我看过的书都要一直背着、一直带着，这是不可能的，我带的书也是有选择性的。所以，你们得到了这个传承和教授之后，自己在对它的定位上也要清楚。因为现在人比较愚痴，没有直接这样说的话你们不一定懂。

丁三、破有顶具识：

下面讲“破有顶具识”，科判里面说下面这个偈颂主要是破无色界中有顶具有的识。无色界当中，有认为一切都是虚空的空无边处的识，还有认

为一切都是心识、一切都是没有什么的，一切都是非有非无的，有这么几个心态[53]。讲义里面讲破现世美（顺世外道）的个别观点，但这里既包括了顺世外道的观点，又包括了无色界的一些观修方法，我们在修行当中也应该破掉。

若是虚空何需修，否则虽修徒无益，

修无所有若解脱，虚空识派亦成佛。

承许修亦成因果，故当舍弃此恶道。

"若是虚空何需修，"前面讲了，有些人说："一切都像虚空一样，没有什么修的。"那么我们可以问："你所修的一切是真正的虚空呢，还是非真正的虚空？如果是真正的虚空，那虚空本来也是无为法，它也没有什么因缘，也没有什么本体，也不需要修，又有什么修的呢？本来一切都是虚空的话，虚空无有任何的造作，它也没有束缚过我们，我们为什么要修？"

"否则虽修徒无益，"如果你说"虽然是虚空，但是还要修"的话，那你修了也是没有用的，你修虚空和没有修实际上是一样的。

佛经当中也讲：看到虚空和没有看到任何东西是一模一样的道理，因为虚空实际上是不存在的。这样的话，有什么可修的呢？

"修无所有若解脱，虚空识派亦成佛。"如果认为没有什么修的却能得到解脱的话，就是所谓的虚空

53 《俱舍论释》："根据修持禅定的贤劣程度不同，所转生的无色界也有空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处四种差别。"

识派，即现世美、顺世外道。顺世外道是只关心今生当中的生活、爱情、地位等，只管今天、只管现在，对来世和前世一无所知的非常愚痴的人。你们跟这种宗派没有什么差别，他们也没有任何修行。

从小到现在，我们身边的这些人都像虚空识派一样，他们没有修过什么，也不承认任何修行。如果没有什么修行就能成佛的话，那你就不用修了，虚空识派、现世美——我们身边这些不承认因果、从来没有修过一座法、没有念过一句观音心咒的人，早就已经成佛了。你不是也说，一切跟虚空一样，没有什么可修的吗?

“承许修亦成因果，”但是实际上，你承许修也成为一种因果，但你前面说因果都不存在，这是非常矛盾的。为什么呢? 你一方面说“因果没有什么”，另一方面又说“要修虚空，像虚空一样地修行”，这不是已经相违了吗?

你如果真的承许一种修行，就已经成了因果。成了因果有什么过失呢? 你前面不是说“不承认业因果，一切都是虚空，没有什么可修的”吗? 现在又要说“有修的，要修虚空”。“没有修的”和“要修”，这两者完全是矛盾、冲突的，是不合理的。

“故当舍弃此恶道。”所以，你们承认“一切都是虚空”的说法应该舍弃，这是自欺欺人、非常不好的一种恶道。

所以，对空性法门没有很好地认识，是非常可怕的一件事情。《中观根本慧论》当中也讲了：“不能正观空，钝根则自害，如不善咒术，不善捉毒

蛇。”没有很好地观空性、认识空性的话，有些钝根者、愚者会害了自己的。

大家也学过《中观根本慧论》吧？原来学院里面有一个堪布，我刚来的时候，我们经常在那边一个破院子里用这个偈颂来辩论。

对空性不了解的人、愚痴的人，他观空性也是经常搞错的。就像一个人没有善巧咒术的话，把咒语念错了也会害了他自己；没有善巧捉毒蛇的话，毒蛇也会反过来咬他，他自己也会丧命的。观空性实际上也是一模一样的。

- **佛教徒不应盲目**

在修持过程当中，有些人是“没有什么执著的”，认为“一切都是空性的”。前一段时间，在马尔康还是在藏地哪个地方，听说有一个人可能是精神有一点问题吧，看起来是有头发的，刚开始穿着出家衣服，然后把衣服全部脱下来，在大众场合开始喝酒、各种胡说八道，说自己是什么大圆满的见解、无有取舍的，完全是一种疯狂者。但是他身边好像有些愚痴的人，是真的还是假的不知道，却还在合掌等。

其实这些人是有目的的，一个目的可能是通过这种方式来挣钱——一部分人装作瑜伽士，旁边的人开始给他供养、顶礼、哭啊、闹啊，然后将所得的收入一起分配。现在有些人是以藏传佛教的名义，有些人不是成就者以成就者的名义，不是真正的瑜伽士以瑜伽士的名义，欺骗了很多很多的愚痴可怜者。

这种现象在汉地比比皆是。尤其是因为对佛教的基础理论没有很好地去闻思，很多居士特别容易上当受骗。说实话，现在有些人说“你们佛教徒非常迷信”，我觉得一点都不过分。确实个别的佛教徒特别冲动，一些非常不如法的现象，在他看来却是“哇！这是什么什么上师啊，什么什么人啊……”，然后做各种各样的财物供养、身体供养、受用供养，最后后悔莫及，甚至选择自尽，有这种情况。

我们现在学了这样的大圆满引导文，看到世间一些不守因果的人，也应该会分辨。现在有一些人，对藏传佛教和汉地的禅宗有各种各样的说法。有说法是情有可原的，为什么呢？因为极个别的愚痴者、钝根者无法接受一些甚深的见解，于是就断章取义地用“如同虚空般”“一切自解脱”等个别词语来装饰自己、点缀自己，这个时候，有一些愚痴者就马上相信。

其实真正来讲，大圆满密法的这些行为并不是在大众场合公开进行的，没有这样的。印度的八大成就者也好，藏地莲花生大士的二十五大弟子也好，成就特殊密行的时候全都是到森林和山洞里，在有许多人的场合当中并没有开许。

麦彭仁波切在《定解宝灯论》等论典当中，都将这种人称为“疯狂者”。禅宗也有一种“狂禅”，但现在密宗当中的“狂密”更严重！有些人完全是用密宗做借口，为自己骗财骗色等，有各种各样的情况。

所以，作为佛教徒不应该特别盲目。但有些人

的确没有很好地闻思，听到个别词的时候就相信了。而那些人也是特别“善巧”，会吹捧自己、吹捧别人等。这个时候，很多人失去了自己最珍贵的东西，却没有得到最珍贵的法，最后甚至得到了什么呢？就是地狱恶趣的因。非常可惜！

因此，无垢光尊者在这里也讲了，像这样的恶道应该舍弃，这样恶劣的行为也应该舍弃。我们在座的很多人其实也应该这样。有些人“真的没有什么执著”的话，我们也可以看看，用鞭子来抽一抽，看他到底有没有执著，有没有“一切都是虚空”的境界，看他是说大话还是真的。

我们佛教徒很有必要维护佛教形象。个别“佛教徒”以佛教的名义来毁坏、玷污佛教的时候，其实每个人都有责任，应该对这些人有所惩罚，这是非常必要的。

佛教本来是慈悲为怀，这个是不用说的，但是你太慈悲的话，在现在这个时代当中，很多人可能会轻蔑你、践踏你或者抛弃你，有这个可能性。在这个时候，有一种正当的勤奋和争取，并且依靠自己的智慧来进行取舍，我觉得是非常有必要的。

丁四、宣说真实业果：

前面已经通过四个方面破除了世间当中的邪见，这是很重要的。在座的各位不要听一堂课就算完了，我希望大家要长期串习得过的这些法。我不可能天天都这样说，每个人的精力是有限的。《大圆满心性休息》我已经传了好多次，我想以后不可

能再次传授，可能这次是即生当中最后一次。以后大家也应该把自己得到的这些法传授给别人。

我并不是说我要马上跑到别的地方去，但有时候我想，人的年龄等各方面都是有限的，我在学院里面已经三十年了，一般进口车能用多少年大家也知道，更何况说像我这样的身体——“国产的破车”，已经用了三十年的话，你们也应该满足了，你们应该想：“哇，这个‘破车’已经用了三十年，还不错啊！虽然是‘国产的’，但质量还不错的。”一旦“报废”的时候，大家也应该能理解吧。

所以，每个人的身体、生命都是非常脆弱、有限的，对得到的教言应该很重视。

所谓真实之正道，即是因果之缘起，

方便智慧任运成，依现无性之业果，

修现无性之道故，获得现无自性果，

现无自性而饶益，现无自性之有情。

即深因果之缘起，故为了义经续义，

依二资粮二次第，速成圆满正等觉。

“所谓真实之正道，即是因果之缘起，”无垢光尊者最后讲，释迦牟尼佛真正的正道归根结底就是甚深的因果缘起。

所有的法都不超越因果缘起，就像《中论》当中说，不是因果的法在这个世界上是没有的，不是缘起的法在这个世界上是没有的，不是空性的法在

这个世界上也是没有的[54]。

“方便智慧任运成，”这里讲，甚深因果是方便、智慧任运而成的。

那么方便、智慧是怎么样任运而成呢？一切万法为空性的话，那修持善法有没有用呢？是有的。

“依现无性之业果，修现无性之道故，”我们要依靠现而无自性的因果规律——显现是显现的，但胜义当中观察的时候无有自性——以现而无自性的业果规律为基础，修持现而无自性的道。佛教当中积累智慧资粮、福德资粮的道，其实是现而无自性的道。

“获得现无自性果，”这样现而无自性地修六度万行，最后就获得了现而无自性的菩萨果位、佛的果位。

也就是说，道是现而无自性的，基是现而无自性的，果也是现而无自性的。

“现无自性而饶益，现无自性之有情。”然后现而无自性地饶益现而无自性的有情。

我们饶益众生也是现而无自性的，所饶益的众生也是现而无自性的。“现而无自性”是很重要的！

你们跟别人辩论的时候，如果别人说：“一切万法都是空性的话，那佛陀怎么利益众生啊？”你就可以说：“‘现而无自性’这几个字你懂得没

[54] 《中观根本慧论》：“未曾有一法，不从因缘生。是故一切法，无不是空者。”

有？不懂的话就不要跟我辩论。”因为他们有些人可能不懂，不懂的话，你怎么说也没有用——胜义谛、世俗谛都分不清楚，你还辩什么辩啊?

这就是真正现而无自性的道理，其实佛陀在显宗当中也讲了。我们讲《智慧品》的时候也说过如梦如幻的道理，讲《虚幻休息》的时候也引用了显宗当中的《幻师善贤请问经》：“如幻积资粮，如幻成正觉，如幻而利益，如幻之众生。”如幻如梦地积累资粮，能成就如幻如梦的佛果，成就如幻如梦的佛果之后，以如幻如梦的方式利益如幻如梦的众生。这是完全可以的。

汉地的《华严疏钞》是唐朝时候的澄观国师写的，里面也讲了：“修习空华万行，安坐水月道场，降伏镜像天魔，证成梦中佛果。”他的意思就是说，我们修行像空中鲜花一样根本不存在的六度万行，居住在水中月亮一样的道场当中，降伏像镜中影像一样现而无自性的天魔，最后也是证成现而无自性的梦中佛果。

原来有一本书叫《梦中佛事》[55]——我们行持现而无自性的六度万行，住在现而无自性的喇荣学会水月般的经堂当中，降伏各种各样现而无自性的罗刹、阿修罗等外魔，最后成就现而无自性的真正正等觉的果位。

“即深因果之缘起，故为了义经续义，”这样甚深因果的缘起，实际上是最了义的佛陀经典和密宗续部

[55] 《梦中佛事》记录了索达吉堪布于2011年在海口、厦门、汕头、长沙、南京等地针对广大信众现状所作的开示。

当中的意义。

“依二资粮二次第，速成圆满正等觉。”依靠这样经续的意义，我们积累福德资粮和智慧资粮，通过修持生起次第和圆满次第，最后能在很快的时间当中获得正等觉的果位。

以上是讲现而无自性的道理。现而无自性的茶杯里有现而无自性的茶，我现在现而无自性地喝下去了。“现而无自性”，记住啊！

甲三、结尾：

此乃无余而断除，三有一切因果行，

当行解脱之因果，速成增上胜菩提。

“此乃无余而断除，三有一切因果行，”最后结尾的部分讲到，业因果品归根结底，是让我们彻底断除一切能转生三界轮回的因和果。“因”是业和烦恼方面的，“果”是轮回中各种各样的现象——现在六道轮回的种种现象全部是果。一切的因果现象我们都要断除。

“当行解脱之因果，”我们现在应该行持能从三界轮回当中获得解脱的因和果。如果做善法的话，解脱的因果都能行持。这包括四谛里面的灭谛和道谛，实际上因是道谛、果是灭谛。

“速成增上胜菩提。”这样的话，在很快的时间当中能获得菩提。

所以这里讲，我们不要拖延、不要懈怠、不要懒惰，现在有了这个机会的时候理当行持。因为我

们的生命是脆弱的，拖的时间太长的话，它是不会等待的。

《亲友书》里面是怎么讲的？“寿命多害即无常，犹如水泡为风吹，呼气吸气沉睡间，能得觉醒极稀奇！”这句话我希望你们记住。意思是什么呢？我们的生命是非常脆弱的，有各种各样的危害，一会儿地震来了——这次我们很多佛教徒去尼泊尔的时候，不是差点在那里死了？正在拍照的时候地震来了，最后他们也深深地感到生命脆弱。

其实，我们人在遇到一些危害的时候才会知道：“噢，原来生命如此脆弱。”但作为一个修行人，随时都应该知道这一点。可能这些事真的落到自己头上的时候，也会很恐怖、很痛苦，但是理论上我们早就已经知道了。

我刚来到学院的时候先背的这个教证，后来去一个地方安居，在那边感受还是很深的，当时想自己安居完了以后能不能回来？因为一讲到《亲友书》的这个教证好像就感到很无常，法王也经常引用这个教证。但是我这么多年都还没有死，所以有点奇怪。（众笑）

龙猛菩萨说，生命就像风中的水泡一样，一吹就没有了，我们能在沉睡的呼吸之间醒过来是多么稀有啊！早上醒来的时候：“哇！昨天晚上又没有死，真稀有啊！”如果观无常很好的话会这样的。但是很多人因为无常观得不好，就觉得：“我在沉睡当中怎么会死呢？我在呼吸当中怎么会死呢？”但人的死亡确实很简单，不管怎么样，我们这个生

命极其脆弱！

- **寻找永恒的真理**

所以这里讲，我们没有时间去慢慢断除这些恶的因果，一定要在很短的时间当中学会取舍因果。尤其是在生活当中，不能为你的亲朋好友、上师、父母造恶业，不然谁也没办法替你分担，你一定要自己承受。而且这些恶业种子，一旦你种了之后必定会成熟的。因此，我们应该用最大的精进来行持，因为解脱依赖于自己，不可能依靠他人。很多人说："讲完了课以后你帮我思维、帮我修行。"这是不可能的。你得到任何一个法之后，要自己去思维、自己去摸索，最后自己去得到。

因此《亲友书》也讲到了，我们早上应该早一点起来，晚上晚一点睡觉，中间睡一会儿。整个白天尽量不散乱，要行持善法。这样生活的话，人生才是真正有意义的。否则，人们各种各样的行为，不一定是真实有意义的。

《法华文句记》是很早以前一位大德造的[56]，其中讲到，有一个行持善法的国王叫做普安，他与另外四个国王一起玩了六七天。最后他们离开的时候，普安国王问："你们最快乐的事是什么？"一个人说："我最快乐的事就是春游。"一个人说："我最快乐的事是当国王。"一个人说："我最快乐的事是和妻子儿女在一起。"一个人说："我经常孝顺父母，父母健康是我最快乐的。"

但最后普安说："这些可能不是最究竟的。因

[56] 《法华文句记》，唐天台沙门湛然述。

为如果春游快乐的话，那除了春天以外，冬天、夏天到来的时候你都不快乐了；如果当国王最快乐的话，你最后下台的时候也就不快乐了；如果和妻子儿女在一起快乐的话，那他们离开你的时候你又不快乐了；如果父母健康就快乐的话，那他们不在的话你就不快乐了。”

他们说：“那你觉得什么是最快乐的？”普安就讲到：“我最大的快乐，实际上是不生不灭、不冷不热、不饥不渴等状态，这是一种永恒的快乐。”

他们很惊讶地问：“这样的窍诀是在谁那里得到的？”普安说：“这是在我的师父佛陀那里得到的。”他们说：“我们也跟你去拜见佛陀。”后来佛陀给他们讲了人生的八种苦，最终他们都灭除了自己的痛苦、获得了快乐[57]。

所以我自己是这样想的，所有世间事真的都没有什么可靠的。对于佛教的真理，只不过是我们修得比较差，不然，今生来世获得解脱的真正方法，

[57] 《法华文句记》：“经云。昔有五王邻国无竞互为亲友。有一大王名曰普安。习菩萨行。以余四王邪见炽盛。普安愍之呼来殿上。七日七夜娱乐受乐。四王曰。国事众多请退还家。大王自送并命左右而随送之。至于半道而问之言。各何所乐。一云。愿春阳之日游戏原野。一云。愿常作王种种严饰。人民侍从道路倾目。一云。愿得好妇儿端正无双。一云。愿父母常在多有兄弟。美食音乐共相娱乐。各各说已。回白大王。王何所愿。答我先说卿所愿不长。若乐春游冬先雕朽。若乐为王福尽相伐。若乐妇儿一朝疾病受苦无量。若乐父母常在等。一旦有事为他所执。四王又问大王如何所乐。答言。我所乐者。不生不灭不苦不乐。不饥不渴不寒不热。存亡自在。四王问曰。如此之乐何处有耶。何处有师。大王曰。吾师号佛。近在祇洹。诸王欢喜各诣佛所。却坐一面白佛自责。佛说八苦。王及侍从百千万人得须陀洹舍国入道。”

在佛教里面完全能找得到。

有些人也讲："没有遇到佛教的话，真的太可怜了！"这是心里话。很多人对此非常有感触，而且是很有智慧的。他自己也觉得，不管生活当中再怎么美好的事，到最后还是不美的。在现在人间来讲，所有最好、最富裕、最漂亮、最开心的人或事，结果都不完美。因此我们还是要寻找一种永恒的真理，这一点通过佛法可以做到。

以上讲了这一品最重要的一个内容。取舍因果的道理讲完了以后，特别希望大家好好地思维。可能听一次、两次不一定懂，但你把它当作一个如意宝那样多次地思维就会懂了。

其实对任何法本、任何教言，自己的关注度和重视程度都很重要。你如果对这个法特别重视的话，即生当中肯定会获得非常大的利益和改变。如果你觉得："这对我来讲只是耽误时间而已，早一点下课就可以。这个《心性休息》什么时候讲完？还没讲完啊！讲不完的话，我都没时间听了！心烦着呢，烦得很！特别特别痛苦！我不知道这几天是精神出了问题还是什么……"没有这样的人，只是我捏造的，我观想了这样的一个人。（众笑）

甲四、回向本品善根：

如是大乐法甘霖，令众心田二资盛，

于此业惑三有中，疲劳心性今休息。

"如是大乐法甘霖，令众心田二资盛，"如是上面所讲到的无垢光尊者的大法，相当于甘露水一样，甘

露水降于众生心灵的田地，智慧资粮和福德资粮就开始非常兴盛。

“于此业惑三有中，疲劳心性今休息。”原来众生的心田当中有业和烦恼，非常非常贫穷，没有智慧、福德所带来的粮食和庄稼。但是现在，无垢光尊者教言的甘露妙法降于我们的心田，我们原来是精神非常贫穷的一个人，现在就非常富裕了；原来的这种心——疲劳、贫穷、思想极其贫瘠，现在已经可以休息了。

原来是为了物质、为了各种各样的东西特别忙碌、特别劳累、特别痛苦，现在是“疲劳心性今休息”啊！

《大圆满心性休息》第四品业因果品解释圆满。

第二十九课

思考题：

【知识类】

1、为什么需要弃离恶知识？这样做是否有舍弃众生的过失？你有善巧远离恶人的经验吗？是如何做的？

2、本论及《大乘经庄严论》中所讲的善知识的法相有哪些？请对比其异同。

【修行类】

1、请从修行的角度分析，为什么需要依止善知识？

2、善知识的总法相是什么？通过学习惹琼巴梦境的公案，你对具相上师有了哪些新的认识？

【生活类】

1、你认为在依止善知识时有哪些需要避免的问题？如何避免？

下面我们讲全知龙钦绕降造的《大圆满心性休息》。这部大论典前面的人身难得、寿命无常、轮回过患和业因果，四个大加行已经讲完了。今天开始讲，我们在学佛的过程当中一定要依止善知识，以及依止善知识的方法。

实际上，我们很多人的确需要非常系统地学习依止善知识的方法。因为，如今城市里面的很多人对佛学的信心、希求心应该是很不错的，不知道是什么因缘，学佛的人越来越多了，对佛法感兴趣的人也是相当多的，但是很多人在依止善知识时往往

出现许多问题。

当然，这一方面可能是因为很多佛教徒刚开始对佛学的渴望心特别强，这个时候就“饥不择食”，不管遇到什么所谓的“上师”都马上去依止，可能有这么一个原因。但依止后也有各种各样的情况发生，我以前在其他地方也讲过。

藏传佛教的善知识是比较多的，但有些是冒充的“善知识”，他们是以其他目的到汉地去的。汉地有一部分佛教徒是有智慧、有信心的，他们会如理如法地依止善知识，不会跑来跑去，会好好地闻思修行；但有一部分每天都跑来跑去，介绍这个、介绍那个，后来也出现了各种问题。

所以，最后所发生的这些不良后果，一个原因是，有些别有用心的人并不是真正以传授如来教法为目的；还有一个原因是，有一部分人可能确实不知道到底怎么样依止善知识。这样的因缘导致佛教的形象也有被抹黑的现象。

我相信，很多人学习过《大圆满前行》等其他论典所讲的依止善知识的方法后，应该也会了解这些。但是，可能因为新的佛教徒比较多吧，也有各种各样的情况。

在这个时候，我们应该既从正面来了解，也从负面来了解。从正面看的话，跟以往相比，现在很多人的确对依止善知识的方法、道理都很明白；而且这几年以来，各个地方的人们确实都有慧眼，会观察、会依止，最后会修学上师所传授的如来教言，这是非常好的事情。

我们今天按照全知无垢光尊者的教言讲依止善知识。前面已经讲了四加行，后面还会讲不共加行，包括皈依、发心，以及无上密法的道理。不管是前面讲的道理还是后面讲的道理，都需要依靠善知识来开导，没有善知识的话，确实有一定的困难。

第五品 依止善知识

依止善知识品分六：一、善知识为无误引导者；二、善知识为一切决定胜之源泉；三、依止善知识弃离恶知识之教言；四、远离恶友等；五、了知取舍后求悉地之理；六、回向本品善根。

这一品从六个方面来阐述：善知识是无误的引导者；他是一切决定胜的来源；应该依止很好的善知识，舍弃恶知识；不但要舍弃恶知识，还要舍弃恶友；以及懂得这些道理之后如何取舍等。

下面讲的是“善知识是无误引导者”。在世间当中，尤其是在出世间的道理当中，首先要知道善知识是一切的无误引导者。

甲一、善知识为无误引导者：

如是无谬因果道，来源依止善知识。

前面讲到的正法与非法、善与恶的道理，要想正确无误地了解，一定要依靠善知识；如果没有善知识的引导，一般佛教徒是非常困难的。因为学习世间一般的知识，也需要依靠世间的老师来引导，你才能明白其中的道理。

《阿毗昙毗婆沙论》当中讲过："若人虽有智，不从他闻法，是人终不能，分别善恶义。"有些人虽然有智慧，但是没有在其他人那里听法的话，终是不能分别善和恶的差别。这个很重要的，就如此颂之前所讲的：如果没有灯，虽然有一些东西，也是看不见的，有了灯之后才能看得见[58]。

所以，世间当中有些人虽然智慧很不错，但是因为没有依止过善知识、没有听过其他的法，所以如果用自己的分别念来取舍的话，也许他所认为的大善法反而成了恶法，他所认为的大罪恶实际上却是一种善业。

因此，我们首先一定要明白什么呢？一切的见修行果，因、果、道等道理，全部都是依靠善知识开导的。我们在座的很多人，如果没有善知识的开导，要依靠自身的智慧和力量来通达如来甚深妙法的话，绝对是不可能的。

因此，我们拥有今天这样的智慧、悲心和信心，能明白了知取舍的道理，应该是来源于善知识们——像藏地的莲花生大士、菩提萨埵，还有许许多多前辈的大译师和大班智达，是从他们的传承和恩德而来的。汉地等其他地方也是一样的，前辈大德们将佛法一直传到今天。今天我们基本上能懂得世间的这些真理，的确是来源于依止善知识。因此我们先要懂得依止善知识。

其实，你如果从来没有依止过善知识的话，给

---

[58] 《阿毗昙毗婆沙论》："譬如闇室中，虽有种种物，若无灯明照，有目不能见。"

别人讲佛法也没办法的，自己修行也没办法的。就像世间一个非常简单的道理，如果没有老师引导，也是难以通达。比如一个人要教幼儿园，如果幼师没有毕业的话，也是非常困难的。因此我们现在找老师的时候，首先都是看他是不是师范学校毕业的，是不是专业对口。还有炒菜的厨师，也是以前学过的人会懂，如果什么都没有学过，光是切一点儿菜、加一点儿油，“啪啪啪”地炒，吃起来味道也是怪怪的。

所以，世间任何一个非常简单的知识都要有人教。我前段时间要用一个电饭锅，也专门依止了一个老和尚去学，但他自己也没有“传承”，迷迷糊糊的。（众笑）

甲二、善知识为一切决定胜之源泉：

三世一切佛菩萨，以及声闻缘觉众，

获三菩提由师生，获得世间增上乐，

亦源依止诸上师，故当谨依善知识。

“三世一切佛菩萨，以及声闻缘觉众，获三菩提由师生，”未来、过去、现在所有的佛陀、菩萨以及声闻、缘觉等，获得三菩提果位的来源，实际上全部都是善知识。

这是讲决定胜，也就是出世间的菩提妙果，全部都是依靠善知识。包括缘觉，以前也是依止过善知识的，声闻、菩萨、佛陀都更不用说了。

“获得世间增上乐，亦源依止诸上师，”还有世间当

中的增上乐，即人天福报，其实是因为做了一些善事而获得了今生的快乐。如果前面根本没有做任何善事，不知取舍，整天造恶业——离开了善知识我们都会造许许多多的恶业——那么，即生当中的人天福报确实也是没办法获得的。

因此，世间的快乐和出世间的快乐实际上都是源于依止善知识。

“故当谨依善知识。”所以我们应该很认真地依止善知识。

依止善知识不是你想依止就依止，不想依止就不依止，不是这样的。你如果不想成佛，或者不想从佛教的道理当中获得一些超胜的境界，那就另当别论；如果你真的想的话，那你在学佛的过程当中就不得不依止善知识，而且要很认真地对待！这不是开玩笑，不能像一般的事情那样来对待。

- **学修佛法全部依靠善知识**

因此我们一定要讲，所有真正的快乐和解脱都是依靠善知识而来的。佛陀在《根本说一切有部毗奈耶杂事》当中也讲过，有一次，阿难尊者在寂静地方思维了很多法义，然后对佛陀说：“我在修行的过程当中有一种感悟：其实佛教的道理一大半都是依靠善知识而获得的。我觉得善知识是很重要的。”而佛陀说：“你这样的说法是不对的，学习佛法和修行佛法不是‘一半’依靠善知识，而是全部要依靠善知识。”

首先阿难认为，学修佛法可能一大半是依靠善

知识，但后来佛陀告诉他全部都是依靠善知识。为什么呢？因为依靠善知识，所有的智慧、悲心、功德都会自然而然增上，并且会远离恶知识，修行也会善始善终、非常圆满。而如果离开了善知识，就很有可能被恶知识所摄持，自己所有的修学都会一败涂地。所以这里讲到，依止善知识是非常重要的[59]。

所谓的善知识，佛陀在《大般涅槃经》当中也讲了："善知识者，有善法故。何等善法？所作之事不求自乐，常为众生而求安乐。"当然善知识有很多的解释方法，但是按照《涅槃经》的教义，有的人为什么叫真正的善知识呢？因为他自己有善法。

所谓的善知识也有上师的意思，那上师是有善法的。如果自己一点善法都没有，每天都无恶不作，心里面、语言上、身体上不但没有善，还有很多恶的成分、恶的习气、恶的力量，这就不叫善知识。

而且这样的善知识，按照《涅槃经》的意义，是不求自己安乐、常为众生而求安乐。华智仁波切在《前行》里面也讲了，真正上师的法相实际上是

---

[59] 《根本说一切有部毗奈耶杂事》："时阿难陀白佛言。世尊。我于静处作如是念。善知识者是半梵行。诸修行者由善友力方能成办。得善友故远离恶友。以是义故方知善友是半梵行。佛言。阿难陀勿作是语。善知识者是半梵行。何以故善知识者是全梵行。由此便能离恶知识。不造诸恶常修众善。纯一清白具足圆满梵行之相。由是因缘若得善伴与其同住。乃至涅槃事无不办。故名全梵行。何以故阿难陀我由善知识故。令诸有情于生老病死忧悲苦恼皆得解脱。若离善友无如是事。阿难陀于我所说应勤修学。"

相续当中具有菩提心。末法时代，一个人具足上师的所有法相有一定的困难，但是归根结底，作为一个大乘的善知识，相续当中一定要具足菩提心和大悲心，这是非常重要的。

所以《涅槃经》中讲，善知识首先是住于善法的，什么样的善法呢？并不是声闻的善法，并不是世间的善法、随福德分的善法。真正的善知识、上师确确实实是一切都为众生，他不求自己的安乐，这是非常重要的。

现在很多人不知道如何寻找上师。昨天这里来了一个人，他说："堪布，您给我找一下，我一直找不到一个所谓的'上师'，我的上师在哪里？"我说："我也不知道，你再不断地去找吧，可能慢慢慢慢就找到了。"他说："什么时候能找得到？"我说："不知道，一百年之内吧！"（众笑）

所谓的善知识是什么样的呢？在大乘佛法里面，善知识确实是不为自己的。一般凡夫人都是为自己，为自己的名声、为自己的财富、为自己的……这样的"上师"不一定具有大乘善知识的法相。这里讲得非常清楚。

因此这里说，所有的三菩提和世间的功德都来自于上师。我也在想，在座的人对所谓的善知识都有不同的定义，但是我们今天能看得懂字、能听得懂这些法，是因为在人生历程当中有很多善知识引导。

什么样的善知识呢？有些是世间的善知识，比如说我们学会写字、学会很多其他人不懂的基本世

间哲理和规律，是依靠父母和老师等很多的人。在学习出世间法和行持善法方面，也有一些堪布、堪姆、法师、引导者；以及我们的道友，也提供了很多这方面的道理，我们也可以把他当作善知识。因为按照《华严经》严格来讲的话，对一切众生都要视为善知识，我们可以把他们都当作菩提的助缘，也可以这样想。

甲三（依止善知识弃离恶知识之教言）分二：一、略说；二、广说。

乙一、略说：

犹如藤依旃檀树，依止正士自变善，

好似粪染吉祥草，依止恶人自成劣，

故当敬依善知识，弃离一切恶知识。

“犹如藤依旃檀树，依止正士自变善，”这个颂词也很重要。世间当中有一种藤条，它自己没有什么能力，没有力量生长得特别高。但是它依靠一些檀香树的话，在很短的时间当中就能直接高耸入云；或者说，它能自然而然熏染到芬芳扑鼻的香味。

在《大圆满前行》里面，华智仁波切引用智悲光尊者《功德藏》中的教证说：在一个檀香林当中，掉落一节普通的木头，依靠檀香的浸润，它会慢慢发出檀香的味道。同样的道理，我们依止什么样的人就会沾染什么样的习气[60]。依止一个好人也是这样的，以前特别糟糕的一个人，后来依止具有闻

[60] 《大圆满前行引导文》：如智悲光尊者在《功德藏》中说：“如玛拉雅树林中，漂落普通一节木，枝叶滋润出妙香，依止上师随行彼。”

思修行、清净戒律的人，他自己的行为也会逐渐变得善妙。

“好似粪染吉祥草，依止恶人自成劣，”还有一种比喻，就像把非常吉祥、特别干净的吉祥草放到不清净的粪便里面，过一段时间拿出来，它的味道就很难闻、很臭的。那同样的道理，本来这个人是很不错的，但后来因为依止了恶知识，他的心态、行为，一切都变坏了，都变得极其恶劣。

“故当敬依善知识，弃离一切恶知识。”所以，我们懂得了这样的道理之后，应该一直恭敬地、非常欢喜地依止善知识，应该非常注意地舍弃所有的恶知识。这是非常重要的。

有些人可能会讲：“佛教徒以慈悲为怀，把所有的众生都看作自己的母亲一样来对待，这样的话，哪有要放弃和舍弃的众生啊？”其实，从大乘菩提心的广义角度来讲，我们可以这样对众生发菩提心。但是从自己修行的角度来讲，你千万不能依止这些人，不然不但度不了他们，最后反而你自己被他们度了。

我以前经常引用《大智度论》的一个比喻：就像冬天的时候，你把一盆开水倒在一块特别大的寒冰上面，刚开始可能会稍微融化一点儿，但是过一会儿，因为整个天气的原因、整个冰块特别大的原因，最后开水自己也变成冰了[61]。所以说，这些恶知

[61] 《大智度论》：“问曰。菩萨当化众生。何故常欲值佛。答曰。有菩萨未入菩萨位。未得阿鞞跋致受记别故。若远离诸佛。便坏诸善根没在烦恼。自不能度安能度人。如人乘船中流坏败。欲度他人反自没水。又如少汤投大冰池。虽消少处反更成冰。菩萨未入法位。若远离诸佛以少

识的力量和感染力是非常强的。

以前佛陀也在佛经当中讲过这样的公案，当时难陀经常跟六群比丘在一起吃喝玩乐（六群比丘是佛教僧团里面非常调皮的一群人）。后来，佛陀把难陀带到市场上去，看到一家专门卖鱼的店，鱼肉已经腐烂了，特别脏。腐烂的鱼肉下面有一把草，佛陀让难陀把它拿在手里，过一会儿再扔掉。扔掉之后，佛陀说："你闻一下你的手怎么样？"他说："特别臭。"虽然刚才那个草没有了，但是因为腐烂鱼肉的味道已经染上了，所以特别臭。

过了一会儿，佛陀又把他带到一个卖香的香店去了，让他拿一把非常香的香，过一会儿又让他放下并闻自己的手——特别香！这个时候佛陀就告诉他：我们修行人在修学的过程当中，如果依止善知识，就像刚才依靠妙香手也会变香一样，自己自然而然就染上了他的习气；如果依靠了恶知识，也是自然而然就染上了他的"恶香"。所以，佛陀让难陀从此之后不要依止六群比丘，应该依止迦叶尊者、舍利子、目犍连等其他比丘。

从这个公案当中，大家也应该清楚，在学习大乘佛法的过程当中，为了保护自己，要尽量少接触一些见解、行为都不是很正确、甚至很有问题的人。

当然，我们为了随顺世间方便，需要有一些方便方法，不能说："你是坏人，我不依止你，我不

功德无方便力欲化众生。虽少利益反更坠落。以是故新学菩萨。不应远离诸佛。"

跟你同桌，我不跟你一起吃饭，我不跟你坐在一个凳子上。嗯——你好臭啊！我要走了。”不能这样的，需要有一种善巧方便。

但是自己平时依止善知识，确实也是需要注意的。《诸经要集》中讲：“一切众生志性无定，随所染习，近善则善，近恶则恶。”一切众生的意志和心是没有什么确定性的，会随着他所接近的习气而被染上，如果接近一些善知识，就马上变成善，如果接近恶知识，那马上就变成恶了。

所以，每个人应该看看自己住在什么样的环境当中。很多老修行人也经常这样讲：“某某人本来是很不错的，他的成绩、戒律都很不错，但是这几天因为跟某个坏人同穿、同住、同吃、同行，肯定会有问题的，将来可能待也待不住了。”会有这种说法的。

以前上师如意宝也经常说：“作为一个修行人，最好远离一切散乱，如果实在是不能离开散乱的话，你还是应该依靠一个好的朋友，依止见修行为都很不错的朋友。”

所以，好友确实就像檀香树一样的，依靠他会染上好的习气。依靠恶友就像依靠粪便一样，原来你是像吉祥草那样圆满的，但是后来逐渐逐渐也染上了他的习气。

我都对此感受非常强，就像藏地有些根基、智慧都很不错的学生，因为后来选择的学校特别差——老师、学习风气都特别差，在那里待了两三年之后回来，就完全变成了另一种人；有些学生本

来不是很好，但是后来去了一个好的学校，那里的老师、学习风气都很好，对人品、行为也非常重视，在那样的学校待了两三年之后，就完全变成了另一种人。所以，一个人在一个环境当中待一段时间，环境对他确实是有非常大的作用。

因此我们在学习过程当中，自己也应该按照这些教言和窍诀好好地去了解。

乙二（广说）分三：一、上师之法相；二、依师之方式；三、弟子之法相。

丙一（上师之法相）分八：一、善知识之总法相；二、善知识之功德；三、殊胜法相；四、以比喻赞颂；五、相合意义而赞颂；六、摄义；七、视上师胜过佛陀；八、依师之功德。

丁一、善知识之总法相：

若问上师之法相，为引世间与众同，

超世间故与众殊，三门诸行较众胜。

“若问上师之法相，为引世间与众同，”如果有些人很想了解什么是上师的法相、上师到底是什么样的，这里就说：所谓的上师，因为需要引导世间当中各种各样的众生，所以大多数的行为要跟世间一样。

你看很多前辈大德们，他跟很多弟子的行为是一样的——同样地吃饭、同样地说话……跟我们的很多行为都有共同点。如果他刚开始就完全以佛菩萨的形象出世，我们就会觉得没办法随学：“我作

为一个凡夫人，哪能像他那样，没办法的。”

“超世间故与众殊，三门诸行较众胜。”但是因为他的见解、行为、境界已经超越了世间的缘故，有些地方也是与众不同的。因为一般来讲，他的身口意三门跟弟子相比应该要超胜，作为一个上师，这一点也很重要。

有时候，上师跟弟子、众生是非常相同的，他要有“共同”的度化方法。我那天去学校，跟老师们也说：“你们老师，一方面要进入学生的世界，知道学生到底在想什么，他的心态、烦恼、困难是什么。如果你就自己高高在上，从来都不了解学生的心态，那你作为一个老师也是很不成功的。另一方面，你作为老师，也不能跟学生打成一片，跟学生一起吃、一起喝、一起笑，最后学生好像都没有老师的概念了，也不会怕你了。在某个场合当中，你作为一个老师也应该有自己的威严，有自己的智慧，有自己的威力，否则你根本没办法带学生。在某些地方，包括智慧也好、大悲也好，你应该超胜学生。如果你的智慧比学生还低劣，你的能力比学生还弱，你的很多方面……如果你的个子比学生稍微矮一点是可以的，有时候是有这种情况，但是你不能在智慧、悲心等所有方面都比他们弱，那学生都没办法跟你学了。”

因此，无垢光尊者在这里讲的是非常有意义的。有一部经典叫做《大萨遮尼乾子所说经》，其中讲到：“为利益众生，方便同世间。如蜂入华林，不专采一华。”作为一个菩萨、上师、善知

识，为了利益众生，你可以融入这个世间，方便方法可以与世间完全相同，但是你也不能完全住在一个阶段当中。就像蜜蜂，它可以到花林当中去采蜜，但是它并不是专门以一朵花为目标。同样的，作为一个真正的善知识，你应该对所有有缘的众生都一起度化，并不是说你跟某个众生有特殊因缘，其他就什么都不管了。作为一个菩萨、一个善知识，这是不合理的。

作为老师也是一样，有些老师好像对某个人的行为特别看得惯，他做坏事也成了功德，而其他人好像做好事也成了过失，这样是不合理的。因此，作为带班法师、辅导员、负责人，一方面要跟所有的眷属、所有的人有一种共同的交流和文化，不要自己高高在上，这样永远都尝不到他们的困难、痛苦和烦恼，不能这样的；但另一方面，也不能只管一个人或者其中的一部分人，其他人就根本不理。在这个方面，我们很多法师也应该思维。

真正的善知识，因为确实超越了世间，会跟我们世间人有很多不同。以前，米拉日巴尊者准备在亚隆地方传法，惹琼巴尊者也准备前往那里听法。在听法前一天晚上，惹琼巴尊者做了一个梦，梦中他去了邬金刹土，不动佛在那里给他们讲经说法，讲了很多大德非常精彩、非常伟大的事迹和传记。先讲了玛尔巴罗扎、帝洛巴、那若巴非常精彩的故事，讲完之后，他说："我们明天的课准备讲米拉日巴的故事，非常精彩，到时候你们来听。"当天，这一节课就这样结束了。

结束的时候，惹琼巴看到周围有很多很多人在议论着，有些人问：“米拉日巴现在到底在哪里啊？”有些人说：“米拉日巴在东方的现喜刹土。”有些人说：“米拉日巴在普贤王如来的常寂光刹土。”这个时候，惹琼巴心里想：“啊？米拉日巴不是在藏地吗？哪里是在别的地方啊！”他想着想着，梦就醒了。

睡醒了之后，他一直想着刚才的梦，刚开始还在想上师到底是怎么样的，后来他就知道了：他自己和藏地的人们原来都认为上师只是在藏地，这是一种错误。在普通人的眼前和视野当中，尊者好像在藏地，但实际上，他在有些众生看来是在东方刹土，在有些众生看来是在常寂光刹土——他在不同的刹土当中显现各种各样的形象。

那个时候惹琼巴才知道，原来上师的法身周遍法界，而且为了利益无边的众生，上师的报身和化身示现于各个清净和不清净的刹土当中。惹琼巴通过这种梦完全知道了上师的不共之处。

所以我们也会想到，上师的的确确有一些特殊的、超胜的境界。在《大法炬陀罗尼经》当中也说：“汝于法师应起佛想莫作余念。”意思是，你应该对法师生起佛的想法，把上师观为佛，不要想其他的了。因为他有很多比较特殊的、出乎凡夫人意料的境界。

所以，上师有与世间相同的地方，也有与世间不相同的地方，这就是所谓真正大乘上师的特点。

下面讲善知识的功德，其实这里讲的应该是上师真正的法相。

丁二、善知识之功德：

我们要依止善知识的时候，一定要观察他具不具足这些条件和功德。如果不具足的话，不管是求显宗的法还是密宗的法，你最好暂时放弃，不一定要马上听。

威仪寂静身无过，善巧遣疑语无垢，

遍知慧藏意调柔，广闻大悲德无边，

大智意行如虚空，事业无量利缘众，

仁慈无厌恒精进，众生导师当依止。

这里讲到上师有十几个法相，可能与其他经典讲的有所不同。

"威仪寂静身无过，"第一个是身体上的"威仪寂静"。善知识身体的威仪要寂静，并不是像疯狂者一样，一会儿跳、一会儿跑，到处都去，该去的地方也去，不该去的地方也去，做各种各样让人难以理解的行为。包括他身上穿的衣服，如果是这样那样非常不如法的衣服，那么他身体的威仪就不寂静。如果没有这些的话，那说明身体无过——"威仪寂静身无过"。

"善巧遣疑语无垢，"上师的语言无垢，这需要什么样的条件呢？他要能善巧解开所有弟子相续当中各种各样的疑惑。

如果一个上师一问三不知，虽然他很慈悲，但

是解决不了问题。众生无始以来因为被各种各样的无明烦恼所遮蔽，而有各种疑惑。所以作为一个上师，一定要有善巧答疑的能力，要懂得世间、出世间的很多道理。弟子提问后，上师要给他解答，很多论典中关于善知识的法相也是这样讲的。所以说，“遣疑”即遣除别人的疑惑，是语言方面的功德。

“遍知慧藏意调柔，”在心的方面，他能通达一切知识；即使不能通达一切知识，对解脱之道也没有任何问题。他的智慧像宝藏一样取之不尽。他的心也很调柔，不是一会儿生起非常强烈的嗔恨心，哭啊、闹啊，一会儿生嫉妒心，一会儿生傲慢心，一会儿生贪心，那这样的话，他的心不清净、心不寂静，不能这样的。

以上是从身口意三个方面阐述的。

“广闻大悲德无边，”作为上师要广闻博学。对出世间的五部大论、密宗，以及世间当中的各种学问，都广闻博学。而且，他具足将一切众生从轮回的痛苦当中救拔出来的大悲心。还有他的德行，作为上师，世间基本的道德和功德也要具足。

如果出世间的修行很好，但是跟人接触也接触不来，话也不会说，接触的人全部都得罪的话，那可能这个上师也比较麻烦。

确实，有些上师可能出世间的修行还算可以，但是世间的做人太差了，人格太差了。法王如意宝的每一个教言当中都说“人格是基础”。人格很重要，道德很重要！连一个上品人的德行都没有的

话，给人讲很多出世间的佛法，有时候确实也是让人产生怀疑。

“大智意行如虚空，”还有他的大智慧和意行，比如说他对未来的有些计划，很多方面我们凡夫人是很难以通达的。他的智慧和意行极其广大，像虚空一样。他当时说的有些话，我们好像觉得是不可能的事情，但到后来会一一印证。所以上师的智慧和意行如同虚空一样。

“事业无量”他的事业自然而然在整个世界当中广大无边。

作为上师，事业无边也很重要。不然，现在有些佛教徒依止的善知识，除了他们自己以外，谁都不认可，这样也是比较麻烦的。作为一个上师，至少也应该有一些弘法利生的事业。如果什么事业都没有，光是一两个弟子宣传，此外谁都不认可，这样也是不行的。这是“事业无量”。

“利缘众，”凡是与他结缘的众生都能得到暂时、究竟无量的利益。

就像我们上师如意宝，与他结缘的众生都是往生极乐世界。其实，与真正没有自私自利心的上师结缘有极大的利益。我们现在这个时代也是这样，过去的时代当中也是这样。

有些上师具有特别强烈的加持。上师一方面要有智慧，一方面需要有广弘佛法的能力和事业，但更重要的是，他要有一种不可思议的加持力。确实，见到这个上师，听到这个上师的法，或者是与

他结缘之后，整个身心完全都已经得到改变了，这样的上师加持力是相当大的。

“仁慈无厌恒精进，众生导师当依止。”他还有愿一切众生获得快乐的慈无量心、慈悲心，为了利益众生没有任何厌倦心，恒时非常精进。

上师不是非常懈怠的，一说放假就高兴得不得了，每天都想睡觉、懈怠、玩儿，或者每天坐在茶馆里面喝咖啡，那度众生可能很困难的。所以作为一个大乘善知识，应该非常有精进力，非常有责任感，这是不可缺少的。

以上这些法相全部加起来有十三种：身体无垢染、语言遣除怀疑、遍知、意调柔、广闻、大悲、德无边、智行广大、事业无边、凡结缘的众生得到利益、有仁慈心、无有厌倦心、具精进心。如果把大智和意行分开讲就有更多了，我数的是十三个。

以上是大乘善知识的十三种法相。《大车疏》还引用了《经庄严论》的教证：**“当依调柔极寂静，具德精进通圣教，证悟实相语善巧，慈主离厌善知识。”**（这在我这次翻译的《大乘经庄严论》中是每句五个字）我想把这个颂词也给大家讲一下。这是《经庄严论》十八品当中的内容，也是依止善知识当中非常重要的道理。

法王如意宝经常引用《经庄严论》的这个教证，所以法王的一些老弟子们一般都会背这个颂词。我也会背，但我背得不是很顺，第三个颂词有点儿忘了。已经二十多年了，忘也是情有可原，对吧？这个颂词讲了善知识的十种法相。

首先是第一个，“调柔”，以戒学为主，身体和行为极其调柔。

第二个，“极寂静”，包括寂静和极寂静两个方面。这是以三学里面的定学为主，心得到禅定，能寂静。

第三个，以慧学为主，断除了分别念，智慧现前。这是极寂静的功德。

第四个，具有德行。作为上师应该超过弟子，或者在功德方面跟弟子相等，最好是超过。

第五个，“精进”。像刚才讲的一样，作为上师一定要精进，不懈怠、不懒惰。不然传法也是马马虎虎的，出世间方面一点兴趣都没有，一提到出去玩或者到处乱跑就特别有信心，脸色都变了，马上特别开心，那样的“善知识”是不是善知识也要观察，通过电脑来观察。

第六个，“通圣教”。有些论典里面讲的是，在教法、教理方面特别“富裕”，也就是说，他精通显宗和密宗的各个教理，懂得特别多的道理。

第七个，“证悟实相”。作为一个上师，对所讲的道理，比如中观、空性方面的实相要有所证悟，最好是彻底证悟，如果没有彻底证悟，那么大概的、以总相的方式也必须证悟。

第八个，“语善巧”。他说话有善巧方便，有遣除弟子怀疑的能力。给别人讲经说法的话，也要有一点儿口才。否则，他说什么别人都根本听不懂，或者说着说着，下面的人全部都睡觉了，每次

上课都是处于入睡状态的话，那也不是很好的。

有些法师不知道是讲得太广了还是太泛泛了，或者弟子的心态太……按理来讲，法师和弟子之间的互动是非常珍贵的一个时刻，不能互相都不重视，作为弟子来讲也不应该不重视。当然，如果讲的时间太长了，我们人的生理反应到一定时候自然有种“萎缩”，没办法专注，有这个毛病。

所以我是比较准时的，超了两分钟我就想：“噢，我今天讲得太长了，不行。”过了五分钟的时候，我也会想：“不行，不行，我必须把这个话收回来。”昨天讲《经庄严论》的时候，本来我有很多话要说的，但是一看，感觉可能要超时间了，后面的我就都没有说成。有时候可能对时间太在意也不太好。

第九个，具有慈悲心，即愿所有众生获得快乐的慈心。

第十个，远离一切厌倦心。对弟子的教导也好，对佛法的传授也好，在这些方面，不要因为一两个人的邪行或行为调皮，就马上犯心脏病了，从此之后生起厌倦心：“我再也不讲法了，看到这个野蛮的众生，我没办法了！我现在要收拾行李，我要走了！”作为一个善知识不能这样，末法时代的众生肯定有刚强难化的。当然显现上可能会生起厌离心，但实际上不能舍弃。

以上总共讲了十种法相，这是非常重要的。

《入菩萨行论》当中也说：“舍命亦不离，善

巧大乘义，安住净律仪，珍贵善知识。”我们以前背过吧，就是说遇到生命危险也不舍弃大乘的善知识。什么样的大乘善知识呢？即精通大乘的教义，并守持大乘清净的学处，比如摄集善法戒、饶益有情戒、禁止恶行戒——守持这些菩萨戒的大乘善知识，永远也不舍弃。这是讲大乘善知识。

- **如理观察善知识**

依止一个善知识的时候，希望大家一定要想到以上讲的这些法相。我们前面讲了大概有十三个法相吧，如果十三个全部具足当然是非常好的，即使没有全部具足，也应该具足其中的大多数。

但现在有些佛教徒、有些居士，说实在的，他们依止善知识的时候并不是想这些法相，而是想“这个人前世是什么什么”，“这个上师跟某个上师认识，是某个上师的弟子啊”，现在很多人是这样的，“这个上师肯定很好的，他在五明佛学院待过”，“这是法王如意宝的弟子”，但“法王如意宝的弟子”谁都可以说，因为法王如意宝每次灌顶的时候都有成千上万人，每个人都已经成了他的弟子，所以，以这个作为理由的话，我觉得是不合理的。

还有的人说：“这个人跟某个上师一起照过相，所以肯定是很好的。”以这个相片作为善知识的法相。或者说，“这个上师，他的前世好像是什么人”。但是，我根本没有看到过以前世作为上师法相的。我们依止善知识的时候，应该观察他今生当中的法相，看他具足智慧、戒律没有，并没有

说“他的前世是什么什么”。如果要观察他的前世的话，对你来讲也是一种非常隐蔽的事情，对他个人来讲，可能他自己也想不起来了，不要说前世，他连前天的事情恐怕都忘了。所以，我们暂时不谈他的前世。当然，如果他的前世非常了不起，我们也应该恭敬，以后功德也会在他的行为当中慢慢显现出来。

我们现在需要依止的是什么样的善知识呢？如果我们要求的是大乘佛法，那就要找一个对口专业的老师。如果你求的是大乘佛法，却找一个小乘的老师，这样是不合理的。

现在很多佛教徒确确实实不会寻找善知识。很多人说：“这是五明佛学院来的。”五明佛学院来的话，那你看，最近有很多人来五明佛学院照相，包括拉萨那边也有一群一群的人都来过五明佛学院，他们也可以说：“我是五明佛学院的，我可以打赌，我去过五明佛学院，并且我知道坛城在哪里。”但这一点不一定成为上师的法相。

但现在很多人比较愚痴，说实在的。真正上师的法相，你也去了解一下，看这个上师到底是哪个寺院的，他具不具足戒律，具不具足这方面的智慧，具不具足你应该依止的上师的法相。可以先不依止他，暂时以朋友的方式互相认识，你可以给他一个名片，他也给你一个名片，以后他也观察你，你也观察他。

元朝的忽必烈观察帕思巴时，说：“上师，我已经观察您六年了，我现在终于想通了，我想依止

您。”帕思巴说：“噢，那这样的话，我从今天开始也要观察你六年，六年以后，我如果觉得可以的话，就给你传法。”

这样互相观察确实也是有必要的。如果在这方面没有很好观察的话，上师和弟子之间也会发生很多不好的事情。这可能是因为我们刚开始在这方面的基础比较差，如果刚开始有基础的话，就不会有很多麻烦。所以特别希望，你们好好地想一下今天所讲的这些，将来依止上师的过程当中也应该好好地用上，这也是很重要的。

第三十课

思考题：

【知识类】

1、本论所讲密宗上师的法相有哪些？

2、为什么要视上师胜过佛陀？“视师如佛”是藏传佛教独有的说法吗？请引教证说明。

【修行类】

1、依止善知识的过程中，如何避免出现遗憾？如果想远离违缘、魔障，有什么窍诀？

2、如何以比喻及相合意义来赞颂上师的功德？这样赞颂又何必要？

【生活类】

1、弟子做发心工作是因为上师不能成办事业而必须借助弟子的力量吗？通过学习本课，你对发心工作有了哪些新的认识？

我们继续讲上师的法相，以及依止上师的过程。其实对修行来讲，依止上师非常重要。因为在求学或修行的旅途当中，依止善知识是不可缺少的，而且善知识确实也非常难得。

我经常想，包括最近也在想，在依止善知识的过程当中，从我自身的经验或者体会来讲，上师在世的时候好像没有什么感觉……一方面，根据各个论典来讲，这是非常难得的一件事情，但是另一方面，好像也没有想起很多突然的事情，所以说，一旦上师离开了人间、离开了自己的时候，感觉

就比较强烈，但是好像也没办法吧。以前上师也说过：“我离开之后，你们可能更加对我产生信心。”确实，到后来也有这种感觉。

就我个人而言，对依止过的以法王如意宝为主的所有上师都有一种非常难得的心——视师如佛的话，有时候确实有，有时候没有。但是一想到这些上师们的恩德，自己确实有不同的感受和情绪。我刚来学院的时候，德巴堪布还很年轻，他一直引领我，刚开始也是说让我到这边来，第一次拜见法王也是他带我去的。所以有时候，一想起来这些情景，还是有很多的难得之心吧！

在依止法王如意宝的整个过程中，自己也确实是尽心尽力，没有遗憾！不仅仅是法王如意宝，凡是对我赐过法恩的人，我在这方面应该是没有留下什么遗憾。我总觉得依止上师是整个人生当中、整个生活当中非常重要的一件事情。

我还有一种感受：在依止上师和发心的过程中，都不会被诸魔外道摧毁，自己的修行会非常顺利。我看到《大宝积经》当中也说：“勤事善知识，能破诸魔众，舍离恶知识，能住于正道。”将佛经里面讲的这个道理与自己的人生经验、体会相对照的时候会发现：如果很认真地依教奉行、依止善知识的话，修行过程当中的很多障碍、违缘确实都会自然而然消除，甚至天魔、人魔等各种外魔都不能摧毁自己。当然，舍离恶知识能住于正法，这一点大家都应该非常清楚的。

所以我觉得，在座的各位需要有一种难得之心

吧！否则到一定的时候，有些人可能会有种遗憾。

今天讲的殊胜法相，主要是密宗上师的法相。

丁三、殊胜法相：

尤其密宗上师相，戒誓言净具灌顶，

精通如海续窍诀，念修事业皆自如，

见修行果获证相，以慈善巧之方便，

令所化众成熟解，传承加持云不散，

当依如是成就者，具有功德之上师。

“尤其密宗上师相，”这里面主要讲到了殊胜上师，也就是密宗上师的法相。前面已经根据《大乘经庄严论》的教义给大家介绍了。你要依止一个上师的时候，首先要明确你要求什么法。如果是求显宗的法，那么上师要具足显宗上师的法相；如果你求的是密宗的法，那么上师要具有密宗上师的法相。

不仅仅是求出世间的法，求世间法也是如此。比如说，你要学厨艺的话，也要依止一个懂炒菜的人，如果依止一个根本不懂的人也是没办法的；你去学监理或者工程的话，就要依止懂工程的老师，这是世间的一个基本规律；你要学电脑的话，至少也是找一个会教电脑的或者是懂这个技术的人。

那么求密法的话，密法上师也要具有相应的资格，这是非常正常的。但是现在，确实像我前一节课讲的一样，一方面，很多上师拿着佛教的“牌”

开始欺骗一些人，另一方面，有些弟子也根本不会观察上师。这其中最主要的原因是，很多人对佛教不负责任。

前一段时间，我看到星云法师接受采访，他说他有两个遗憾：一个是，他还是在家人的时候，亲眼看到日本人杀了很多中国人，惨不忍睹，觉得特别遗憾；另一个是他出家以后，看到很多佛教徒以佛教的名义，不度化众生，反而利用这个平台为自己做事情。他觉得这是一生当中出家和在家时候的两种遗憾吧。

星云法师还在另外一本书上写到，在度化众生的过程当中，他个人也受到了一些女人的诽谤。有一次，一个女的带着两个孩子，她跟他们说："你们的爸爸就是他，要叫爸爸。"然后两个孩子就开始给他磕头，他当时觉得很尴尬，后来才知道，原来这个女的精神有问题。

本来出家人是很清净的，但是在他一生当中，关于情的方面，有很多正常和不正常的女人对他诽谤。有一个年轻人，每次在法师讲课的时候都供花，后来又到处说她跟法师有什么关系。还有一次，一个女的拿着花，法师说了一句："你很漂亮。"她就到处去说："法师说我很漂亮……"

有时候确实也像他说的那样，佛教徒当中，不管是所谓的上师还是弟子，都经常利用佛教的平台自欺欺人。这种现象我们如今看来也是比较可怕的，也很遗憾。

今天听课的人也比较多，我希望你们以后在依

止善知识的过程当中，如果要求密法的灌顶、教言、引导文，在这之前应该去观察，这是非常重要的。观察完了再去依止，依止以后也没有必要经常说一些是非。

现在进行密宗灌顶、传法的人也比较多，但实际上，自他做起来是非常困难的，有些人根本不具足这方面的法相，但是呢……还是存在很多的问题。

关于密宗上师的法相，无垢光尊者讲得非常清楚。尊者在这里先按照布玛莫扎的《幻化网如镜疏》，讲密宗上师有八种法相，哪八种法相呢?

“戒誓言净”，第一个条件，作为密宗上师，他的戒律和誓言，即菩萨戒、别解脱戒和密宗的誓言要清净。如果上师自己的相续当中没有约束、没有清净的戒律、无恶不作的话，那他根本没有密宗上师的法相。

“具灌顶”，第二个，如果你要给其他人传授密法，至少自己要在具德上师面前得过密宗四灌顶为主的所有灌顶。

“精通如海续窍诀，”第三个，作为一个密宗上师，你一定要精通如海续部和窍诀当中的道理。

密宗当中有很多窍诀和论典，不懂这些的话，根本没有办法当密宗上师——连一部论典都不会解释的密宗上师确实是非常可笑的。所以第三个是，一定要精通密宗如海的窍诀、续部和诸论典。

今天有点晕，有种种原因，主要是最近想到了

很多上师的功德……

第四个是**"念修事业皆自如"**。"念修事业"就是密宗当中修本尊、念咒语，还有息增怀诛的事业，最好是运用自如，如果没有这样的验相和成就，至少也要……[62]

现在有些密宗上师自己都根本不修，还给别人灌顶、传授，这也是非常遗憾的。

"见修行果获证相，"第五个是密宗的见解，对于像《大幻化网》讲的等净无二的见解，至少也是有一些验相或初步的证悟。

第六个，修行要有证相。对密宗生起次第、圆满次第的修行，要有自己相应的证相。

第七个，密宗的行为。大圆满二十一种行为为主的取舍，要跟自己的见解和修行相结合，要能有所取舍。

这就叫"见修行果获证相"。

"以慈善巧之方便，令所化众成熟解，"最后一个，是能以慈悲心和善巧方便度化众生，能令别人的相续得以成熟和解脱——通过灌顶来加以成熟，通过传授窍诀使之得以解脱。这是布玛莫扎讲的第八个法相。

所以你要求密法的话，上师一定要具足这八种

---

[62] 《前行引导文》："尤其是宣说密宗金刚乘甚深窍诀要点的上师，必须具备一切续部宝典中所讲的下列条件：......五、面见本尊等依修之相都已尽善尽美——依修圆满;"《前行广释》（5）："五、依修圆满：最好是亲自见过本尊；即使没有亲自见，梦境、验相中也要见过本尊。而且，所修本尊心咒为主的咒语和验相，都已尽善尽美。"

相。

“传承加持云不散，”在这个基础上，无垢光尊者的根本上师格玛燃匝说，还要加上传承加持的云没有消失，即要具有传承和加持。就像我们很多传承上师祈祷文中的上师一样，其加持根本没有消失，有非常新鲜的加持。

以上是密宗上师的九种法相。

“当依如是成就者，具有功德之上师。”具足这样的成就和功德的上师，我们应该以三种欢喜去依止。这个大家一定要记住。

以前已经依止完了的话，那就不管是具足法相还是不具足法相，你现在去观察也来不及了。很多人是先去依止，然后去观察，最后后悔、去诽谤或者到处说是非，这就是现在很多人依止善知识的方法。这样是非常不合理的。

因此我们将来求密法的话，上师一定要具足布玛莫扎所说的八种法相，然后再加上格玛燃匝说的一点。上师如意宝也经常这样讲：“我所有的法相其实集聚于没有做过令上师不欢喜的事情”，也就是说，“上师非常欢喜地摄受了我，从我到你们之间根本没有被破誓言的锈染污。”所以我想，一个人具足这样的法相以后，才可以依止。

以上讲了密宗上师的法相，下面讲以比喻来赞颂上师的功德。

丁四、以比喻赞颂：

这里通过很多很多的比喻来赞叹上师的功德。

就像有些人想赞叹母亲，就说母亲像什么像什么；如果赞叹自己所喜欢的人，又会对他做各种各样的比喻；如果你喜欢一位老师，也会通过你所喜爱的很多世间比喻来赞叹。那么无垢光尊者特别喜欢他的上师，就以世间当中很多具有功德的人或事物来赞叹。

具足无边功德者，一切众生之至亲，

于此略赞善知识，令渡有海大舵手，

令入正道大商主，遣除衰败如意宝，

熄业惑火甘露水，清凉法雨妙雨云，

令众生喜大天鼓，除三毒疾大药王，

一切有情安乐源，犹如茂盛摩尼树，

遣愚痴暗大明灯，自成众愿妙宝瓶，

大慈日光无有量，除恼利乐皓月光。

“具足无边功德者，一切众生之至亲，”具足无量无边功德的上师，实际上是所有众生的至亲——是与我们最亲、最近的佛陀，不是与自己毫无关系的人，而是对自己最亲的至亲。

“于此略赞善知识，令渡有海大舵手，”在这里以比较简略的语言来赞叹善知识，首先他会令一切有情非常顺利地渡过三有的大海，所以相当于舵手。

“大海航行靠舵手，万物生长靠太阳……”这首歌我们以前唱得很多，现在好像没有。上师就像舵手，令一切有情越过三有大海。

“令入正道大商主，”上师令一切众生入于正道，像大商主一样。

大商主以前去过大海很多次了，后来带小商人们去的时候就非常有经验，同样，上师在修持正法方面对弟子非常有利，所以就像大商主一样。

“遣除衰败如意宝，”上师遣除众生心灵的衰败、贫穷，就像如意宝一样。

如意宝可以赐予众生一切财富，同样，一个真正的善知识会给无数心里贫穷的人创造或者赐予丰富的精神财富。

“熄业惑火甘露水，”上师熄除业和烦恼的火，就像是甘露水一样，甘露水会熄灭炽热的火焰。同样，我们相续当中的贪嗔痴和深重业力的火焰极其盛燃时，上师的加持甘露水当下就会使之熄灭。很多原来非常痛苦的人依止了上师之后，真的找到了自己的路。

“清凉法雨妙雨云，”他就像特别好的雨云、具有丰富水藏的妙云一样，不断地为众生赐予、降下清凉的法雨。

“令众生喜大天鼓，”令所有众生生起极大的欢喜——是发自内心的、不是假装的，是真正法喜充满、极其欢喜，就像天人的鼓声一样。天人的鼓声一传出来，无数天子、天女都会生起极大的欢喜心。

“除三毒疾大药王，”上师能除贪嗔痴三毒的疾病，就像大药王。大药王开的药能治众生的病，同

样的，上师也是药王。

“一切有情安乐源，犹如茂盛摩尼树，”上师是一切有情安乐的来源，就像非常茂盛的摩尼树（如意树），他给很多众生带来各自所需要的快乐。

“遣愚痴暗大明灯，”上师能遣除我们内心当中的愚痴黑暗，就像大明灯一样。

“自成众愿妙宝瓶，”上师赐予每个众生各自想要的大乘法、小乘法，今生的解脱、来世的解脱等，就像妙宝瓶一样，能赐予我们各自所需。

“大慈日光无有量，”上师以非常平等、慈悲的光芒照耀所有众生，就像大日光或太阳一样。

“除恼利乐皓月光。”上师能解除我们心灵的痛苦、烦恼，并自然而然带来利益，就像皎洁的月光能带来清凉一样。

这里按照《华严经》讲了很多的比喻，《华严经》第六十六卷和第七十七卷中，专门讲了很多善知识的功德。对于善知识的功德，我们有时候也需要用非常动听的妙音来唱诵一些歌，这样你自然而然会对上师和诸佛菩萨生起信心，这是非常有必要的。

以上是根据《华严经》，用比喻来说明上师的功德，下面以意义和比喻相结合来赞叹上师的功德。

丁五、相合意义而赞颂：

密意广如净虚空，光明等持如星辰，

智悲无量如大海，悲心奔腾如瀑布，

不外散乱如雪山，毫不动摇如山王，

住有不染如莲花，等慈爱众如父母，

功德无量如宝藏，引导世间如佛陀。

“密意广如净虚空，”上师的密意非常广大，一般人难以测度，就像世间的一只小鸟雀无法测量虚空的边际一样；上师有很多很多的意趣，就像清净的虚空一样。

“光明等持如星辰，”上师的光明境界和各种等持极其明亮，又极其繁多，就像虚空当中的星辰一样。上师的光明境界和等持的种类无法计数，上师是无所不懂、无所不入的。

“智悲无量如大海，”上师的智慧和大悲无有量，就像大海一样。

“悲心奔腾如瀑布，”他对众生的爱心、悲悯之心就像奔腾的江河、瀑布一样。

“不外散乱如雪山，”在各种修行的过程当中不为散乱所扰，如同冈底斯等雪山一样。

“毫不动摇如山王，”他的境界丝毫不被外缘动摇，如同须弥山王一样。

“住有不染如莲花，”他虽然住在轮回当中，但是不被世间所染污。所谓真正的善知识，虽然住在世间当中，跟世间人一样吃饭、一样走路、一样说话，但实际上没有被世间染污。而我们凡夫人只要在世间住一段时间，马上就被染污了。所以上师就

像莲花一样。

“等慈爱众如父母，”他平等地慈爱所有众生，就像父母一样。

父母有时候都可能有偏心，但上师不会。有的父母喜欢大儿子、不喜欢小女儿，或者喜欢小女儿、不喜欢大儿子，等等。不过现在都是独生子，也不会有这种情况——一段时间是“独生”，现在又可以……总之，上师就像父母一样。

“功德无量如宝藏，”他的功德无量，就像宝藏一样取之不尽。

“引导世间如佛陀。”他引导世间的众生，如同佛陀。佛陀通过转三次法轮，能引导许许多多的众生。

上师以善巧方便度化众生，有各种各样的示现。米拉日巴的传记里面说，玛尔巴罗扎上师经常在他面前显示各种形象，哪怕是现忿怒相，对他来讲也是一种修行、调化的方法。

本来米拉日巴需要经受九个大的苦行，但是后来因为佛母达媚玛的心比较软，在他已经完成了八大苦行和很多小苦行之后，最后一个苦行还没有来得及完成，达媚玛就一直跟马尔巴罗扎上师说：“你现在该传法了，再不要折磨他了，不然他受不了了。”

- **度化众生要随顺世间**

所谓的上师要随顺世间，这是非常重要的。有一部佛经叫做《大方广总持宝光明经》，其中

讲到，我们在世间度化众生，其实是很需要精进的："于诸世间行精进，演畅妙法化群生，普愿一切皆解脱，诱诸众生随世间。"在世间当中需要精进，这种精进不是世间的精进，而是通过宣说妙法来度化众生，普愿一切众生得到解脱，而且要先用一种引导或者是引诱的方式来随顺世间。我觉得《大方广总持宝光明经》中的"诱诸众生随世间"这句话很重要!

我们现在给别人讲经说法，至少也要让别人稍微有一些同感，如果没有同感的话，虽然我们跟他讲的是解脱法，但是别人不一定能接受。所以希望我们每个人，包括很多法师，心里要发愿：我以后只要有因缘就要弘扬佛法！这是我们大乘佛教的一个基本原则。

在弘扬佛法的过程当中，你要会随顺世间，这也是非常重要的！如果不会随顺世间——众生需要的是这样的，你却整天用另一个方式来说，那是不行的。我们确实要懂得众生的心，要顺应世间、随顺世间。

刚才经典里面讲的是：第一，在世间当中要"行精进"，这个很重要的；第二，光"行精进"还是不行的，不能整天都做一些非法的事情，一定要给大家宣说佛法，在说法的过程当中还要懂得随顺世间。

我们的"智悲沙龙"也是一种平台，不知道效果怎么样，但去年确实很好。很多法师讲的是佛法，但是在方式方法上面有很多调整，包括使用的

名词、解答问题的方式，都跟众生特别相应，同时跟传统佛教在意义上也是不相违的。

因此这里讲到，上师要“引导世间如佛陀”。像佛陀一样确实有一定的困难，但是我想，一个具有菩提心的善知识应该会善巧方便地引导众生。善巧方便很重要，说话要善巧方便，做事情也要善巧方便。如果说什么话都得罪所有的人，做什么事情都让无数的人烦恼，那就不叫善巧、也不叫善知识。所以，我们大家以后要共同学习这方面的道理。

以上是以比喻和意义相结合来赞叹上师。

丁六、摄义：

具德上师即法王，住于何处等诸佛，

令凡见闻念触者，悉皆摧毁诸轮回，

事业广大任无量，如众所依之大地。

“具德上师即法王，”具有法相的上师实际上可以叫做法王，因为他具有法相、具有德行。

现在外面有些人经常说“他是不是法王”，“他是不是仁波切”，“他是不是上师”……好像现在汉地经常把各教派一些比较出名的人叫法王，很多人不是法王也被称为法王，有些人是法王也被说成不是法王。反正在名称上，台湾也比较复杂、美国也比较复杂、中国大陆更复杂。

因为中国的信仰比较缺，所以它成熟得比较迟。由于“文化大革命”的原因，人们在很长时间

里，心里都没有所谓的信仰。后来开始有信仰的时候，对很多知识和基本概念都了解得比较少，在一些名称上面就比较有争议。

总之这里说，具德上师可以说就是法王。

“住于何处等诸佛，”他住在任何一个地方，不管是在城市里面还是在山洞当中，都跟佛陀没有差别。确实，真正的善知识如果住在一个城市当中，就会给这个城市的众生直接或者间接带来无比的利益。

“令凡见闻念触者，悉皆摧毁诸轮回，”对于这样的上师，凡是见到他的身体或者法相，亲自或者通过其他方式听到他的声音，都会摧毁轮回的根本。包括我们现在通过光盘等听到法王如意宝念的咒语、接受法王如意宝的灌顶，虽然不知道真正的灌顶能否得到，不敢完全确定，但是必定会有不可思议的加持力。

我们这里经常播放以前法王的一些念诵，我也规定我们这里上课的前后要播法王如意宝念诵莲师心咒的法音，这样能遣除修行过程中的很多魔障，确实作用是相当大的。就像医生在人多的地方喷一些清新空气的药，我们也是通过上师们加持的莲师咒语等来遣除魔障。

所以对于这样的上师，听到他的声音、心里想着他或者是接触他，包括接受他的摸顶、灌顶等，都能摧毁轮回的根本。

我刚来佛学院的时候是1985年，当时我对上师

的信心也非常大，法王刚好要去甘孜州的很多地方。我当时想，我家乡的人们哪怕能见一下上师或者听到上师的声音，包括很多老年人都不会堕落的，所以特别想请上师去我的家乡，也可能有一种自私自利的心吧。因为刚刚出家，也不太懂，现在想起来，觉得当时一方面心比较幼稚，另一方面还是有很真诚的信心。

我当时想："我一定要将上师邀请到我们家乡，我们家乡的众生太可怜了，一定要让他们看见上师，听到他的声音，能接触、能摸顶！"法王说："人太多了，不摸顶。""不行，在我们的家乡一定要给这些人都摸顶。"就是现在上罗那个地方，上师去的时候我又特意想："我们家乡的每个众生都一定要见到上师、听到上师的声音、摸到上师。"

后来，确实有一部分老年人在第二年就离开人间了，因为很多老年人没有时间等待，从那之后，每年都会死一部分，我心里就想："啊，这个人也死了，法王去讲课的时候他在不在？在的话，噢，可以可以，上师是见解脱者、闻解脱者，他应该不会堕落吧！"

所以这里也讲了，真正的上师，的确是见闻接触都会得到解脱，是见解脱、闻解脱、"系解脱"——把上师系在袋子里面。（众笑）

"事业广大任无量，如众所依之大地。"他的事业广大、任运自成、无量无边，让所有的众生依靠，像大地一样。

其实，一个善知识能让无数的人依靠。世间把这样的人叫做“灵魂人物”。像一个集团、一个企业，一旦失去了这个灵魂人物就会慢慢解散、解体。所以在任何一个地方，具相的善知识就相当于大地一样。

其实上师跟佛陀没有什么差别，我们以前也经常引用这个教证：“阿难莫哀伤，阿难莫哭泣，我于未来时，化为善知识，利益汝等众。”《大车疏》里面引用了《大鼓经》中的这个教证。佛陀接近圆寂的时候对阿难说：“你不要哭、也不要伤心，将来我会以善知识的形象来度化你们。”

《大般涅槃经》当中也有一个比较相同的教证：“我又示现阎浮提中而作教师，开化童蒙令住正法。”意思是说，我在南赡部洲以上师的形象为众生开示，让他们安住于正法。“而作教师”就是说，我将来化为善知识、示现为善知识，在阎浮提（娑婆世界）当中，以教师的形象来度化众生。

所以我们依止善知识的过程当中，要视师如佛，把上师看作真正的佛陀。但是我们现在不一定能做得到，因为自己的见解有一定的障碍，可能会把佛陀般的上师看作凡夫人。因为我们自己有障碍，该见的有些法都看不见，更何况是很微妙的、跟真佛没有什么差别的上师的法相和本体呢？这一点我们见不到也是情有可原的。

《华严经》当中也说：“如目不明净，不见微妙色，如是不净心，不见诸佛法。”眼目不清净的话，不见微妙色，同样的道理，我们的心不清净的

话，也见不到佛法的很多微妙甚深义。

就像我们没有清净的眼睛，就见不到微妙的色法一样，我们现在没有清净的心，即使遇到了真正的善知识、真正的佛陀和诸佛菩萨的化现，也可能觉得他有贪心、嗔恨心、愚痴心、傲慢心等，不但不如理地依止，甚至可能会诽谤、抛弃他，会有种种情况发生。

这其实并不是因为上师有过失，并不是因为佛法有过失，而是跟我们自身有一定的关系，尤其是学过显宗的因明或者一些世间知识的人，自相续被一种傲慢束缚着，这样之后，对甚深密宗的教法也不一定能通达。包括现在在学院当中，我有时候也有这种感觉。

上师如意宝在早期传授的大圆满密法是非常多的，但到了晚年的时候，密法虽然也传授，但是窍诀方面传的就不多了。后来的很多法师可能稍微关注五部大论或者其他的一些经论，但对真正密法的威力都不懂。

包括现在这里的有些堪布、堪姆，自己经常讲一些因明、净土法，就说："这个是最适合你们的，密法你们修不动、修不起啊！"其实我觉得，真正来这样判断的话是比较麻烦的，你自己修不起没办法的，但是不能说我们很多人也真的修不起。

尤其是很多汉地的弟子和佛教徒，如果对密宗修不了、修不起，光是修一个净土宗，光是持一个戒律的话，也没有必要到藏地来求。应该说在汉地，念佛的净土宗也比较多，一般的戒律各个地方也都有。

现在我们有些法师，自己可能对密法修不起或者不感兴趣，或者是以其他原因，来用百分之七八十、百分之多少去确定你们修不成的话，我觉得是有一定困难的。作为法师也应该正确引导众生，这个很重要。

刚才也讲了，具有法相的上师是见闻解脱者，其实密法也是如此。上师如意宝的《大圆满直指心性注疏》里面引用了嘎绕多吉的很多教言，也说密法是见闻解脱的非常殊胜的法。

我以前也讲过净土宗、戒律等显宗的一些法，它有它的殊胜性，但是我不敢确定你们是什么根基。我自己觉得，在末法时代，莲花生大士的加持无与伦比，但是这一点很多人不一定懂得。

今天讲的见闻解脱的这些法，现在很多具有寻思分别念的人不一定承认。如果有人说："你见到这样的上师会得到解脱，你接触这样的上师，相续当中会种下善根、会得到解脱。"他们从理论上不一定承认这一点，觉得太简单了。

现在有些净土宗、汉传佛教的法师也经常这样说："啊，你们密宗太简单了！"以前我写《密宗断惑论》的时候，有一部分法师经常这样讲。现在我们藏传佛教当中有些法师也学这些老法师，开始提倡各种各样的精神，这样不一定是合理的，希望大家一定要认真思考。

丁七、视上师胜过佛陀：

这是第七个问题：视上师胜过佛陀。我们经常

讲“视师如佛”，但是这里讲，真正具有法相的上师在所化众生面前，其恩德和威力已经胜过佛陀。

上师即佛第四宝，坛城主尊黑日嘎，

调伏浊世难化众，所化之前胜诸佛，

三门无伪敬依止，悉地根本金刚师。

“上师即佛第四宝，坛城主尊黑日嘎，”我们经常说的“四皈依”，第一个是“皈依师”——三宝上面再加一个叫“四宝”，即上师如意宝。我们修法过程当中所有主尊的本体都是上师，比如说，你修文殊法门的话，上师就是文殊坛城的主尊黑日嘎；你修观音法门的话，上师就是观音法门的主尊黑日嘎。“黑日嘎”是忿怒金刚或者主尊的意思。

“调伏浊世难化众，所化之前胜诸佛，”这样的上师在所调化的难以度化的浊世众生面前胜过佛陀。

因为末法时代的这些众生，其实是前面无数的佛陀都没能真正度化的。这次上师给我们开启了教言之门，我们已经有希望得解脱了，因此，他的恩德和能力对自己来讲已经胜过了诸佛。

“三门无伪敬依止，悉地根本金刚师。”所以，我们应该以身口意三门无有任何虚伪的方式，精进地、恭敬地去依止上师。因为这样的金刚上师就是一切悉地、一切加持的来源和根本。

因此我们首先要懂得，有些汉传佛教的人认为，藏传佛教是四皈依，汉传佛教是三皈依，这种说法实际上是不对的。我以前也引用过《瑜伽集要

焰口施食仪》，这里面说“皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧”[63]。《瑜伽集要焰口施食仪》是汉传佛教的一部经典，是在唐朝时候译的，在《大藏经》当中也有。这里面都讲了“皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧”，所以，我们所谓的四皈依也是非常合理的。

前面说了上师跟佛陀是一样的，这里从对自己恩德的方面来讲，上师的确也胜过佛陀。汉传佛教有一部《金刚顶经》，即《大教王经》，其中说：“恭敬阿阇黎，等同一切佛，所有言教诲，皆当尽奉行。”我们恭敬阿阇梨应该像恭敬佛一样，上师的所有教言，我们都应该依教奉行。这实际上说明了“上师等同佛”的这个道理。

“视师如佛”的概念在《大智度论》当中也有。汉传佛教的有些人认为这是一种不合理的说法，但实际上，《大智度论》是怎么讲的呢？其中说：我们把一切众生都视如佛陀的话，那么对真正给我们解开无明的上师就更不必说了[64]。汉地的《般舟三昧经》中也讲：如果没有视师如佛的话，般舟三昧的禅定很难生起来；如果有视师如佛的见解，那么这种禅定就容易生起来[65]。

63　《瑜伽集要焰口施食仪》：“夫欲遍供普济者。虔恳至诚严饰道场。随力备办香花。供养饮食净水等已。依位敷坐竟。归依上师三宝发菩提心云归依上师 归依佛 归依法 归依僧。”

64　《大智度论》：“观一切众生视之如佛。何况法师。有智慧利益。以能作佛事故视之如佛。”

65　《般舟三昧经》：“佛告飏陀和。欲学是三昧者。当敬于师承事供养。视当如佛。视善师不如佛者。得三昧难。菩萨敬善师从学得是三昧已。持佛威神于中立。东向视见若干百千万亿佛。十方等悉见之。譬如人夜起观星宿甚众多。菩萨欲得见今现在佛悉在前立者。当敬善师。不

《大车疏》前面还引用了《致弟子书》中的教证，其中有很多特别好的比喻，希望你们好好地看一下。

- **发心可成为解脱之因**

同时，我们在依止善知识的过程当中，就像智悲光尊者在《功德藏》里面所讲的一样，对上师所做的任何一种承侍，都会成为解脱之因。

《阿育王经》中说，有一个人原来是学建筑、工巧学的，出家之后，很多人让他修僧房，他就一直帮别人修了很长时间——今天给这个道友造房子、明天给那个道友造房子。后来他就觉得："我舍弃了所有的事情，到寺院里面来，不好好地修持禅定等，每天都这样发心，实际上是不合理的。"

于是他就去找优婆鞠多，请求教授禅定，并说他不愿意发心。但是优婆鞠多通过智慧观察发现，实际上这种发心对他来讲不但非常相应，而且可能比修禅定更重要，所以就让他一边修一点禅定，一边还是好好地修僧房，于是他就不断地修僧房。

后来，优婆鞠多要求他到另外一个国家去建寺院。他去了以后，刚好遇到有些人开始建寺院。当时他心里也有点犹豫不定，觉得："我不是专门在这里做这些的。"但是按照优婆鞠多上师的要求，他还是一直在那里建造僧舍。在这个过程中，他以突然的因缘就开悟了。

我们有些人也在发心，为僧众也好、为上师也好、为大众也好，表面上看来好像是在做一般的工

得视师长短。当具足布施持戒忍辱精进一心。不得懈怠。"

程、一般的事情，但实际上，如果你去行持的话，也有可能成为解脱之因。有些人也跟我讲了：“我现在发心太耽误修行了，所以我要退下来。”但退下来之后，他不仅退了发心，而且修行更加懈怠。

我们这里之前有些发心人员退了，我就慢慢地看：有些人退了以后还算是比较不错的，他还是在不断努力着，还可以；有些人退了以后，所有的修行和境界就完全退了，非常可惜的。

而有些人虽然也要发心，但是修行也并不差。每次考试的时候都有一部分发心人员，他在发心上做的贡献是非常大的，同时在闻思修行方面，自己也可以挤出一些时间。应该说，他一方面承事上师和僧众有巨大的福德资粮和智慧资粮，另一方面，他在闻思修行、利益众生上面也没有舍弃。

我经常有这种感觉，能干的人、人格好的人什么都能干；不能干的人，去发心也不行，过一段时间就退了。尤其是受一些恶友的影响——城市里面和学院里面的有些发心人员是比较坏的，他不但自己不好好发心，还把这个、那个全部都染上了。

有一个地方的人经常把坏人叫做“墨水”，因为他会染这个、染那个。在僧团当中，我也经常想：“他是不是也是一个‘黑墨’？”因为跟他接触、说话、交往一段时间以后，这一部分、这一块儿的人就全部都被染上了，这种现象是非常明显的。

在发心的工作当中，其实退了也就退了。一般来讲，作为一个上师、一个僧团，也许缺人，也许

是不缺的。因为就像这里讲的一样，一个真正的上师，他的事业也可以直接任运自成。

但是对于自己的修行，需要从两方面考虑：也许有的人没有为上师和僧众做事情，修行是非常成功的；但也许你退了之后，只是睡觉的时间长了一点而已。现在很多人说要减肥，那最好不要睡得太多了，可能发心退了以后就不能减肥了，也许你的境界不一定上长，但你的肉却长了一些，这就是我观察出来的“窍诀”——有些人退了发心以后就睡懒觉，没有修行，也没有早起，这样睡的时间就比较长，二十几天当中长了二十几斤肉，这样很好的。（众笑）

第三十一课

思考题：

【知识类】

1、依止善知识有哪些功德？如何才能做到“恒时无厌依上师”？

2、依师方式有哪些比喻？为什么要按照这些方式来依师？上师和弟子是平等的吗？

【修行类】

1、劣法器弟子的法相有哪些？如何使自己不成为劣法器弟子？

【生活类】

1、如理如法地依止善知识，会给自己带来哪些利益？请结合自己的经历谈谈依止善知识带来的改变。

2、开除一些“恶缘者”，是否失去了佛教的慈悲精神？对于如何培养佛教人才，你有什么建议？

现在我们正在学习《大圆满心性休息》，前面已经学了人身难得、寿命无常、轮回过患和业因果，现在讲第五品依止善知识中“上师之法相”的第八个科判。

依止善知识的内容，对于一个佛教徒来说非常重要。因为大家都知道，学习佛法不是那么简单的，不像现在有些人想象的那样，所以在学佛的过程当中，大家应该如理如法地依止善知识。

如理如法地依止善知识，一是能在上师、善知识那里学到很多前所未有的佛法窍诀。依止过善知识的人和没有依止过善知识自学的人，不管是在学习的体会上、经验上还是在修证上，都有非常大的差别，这是一点。第二点是，依止善知识之后，自相续自然而然会很快改变——通过一种无形的力量或者说是加持，自己的相续的确会有很大的改变，这也是非常重要的。第三，通过依止善知识，自己所通达的法义将来完全能利益众生。因为我们所学到的，最后还是要直接或者间接地利益众生。从这几个方面，我们可以观察到依止善知识的重要性。

丁八、依师之功德：

今天是讲第八个科判：依止善知识的功德。前面通过比喻和意义赞叹了善知识的功德，还讲了要把上师看成真正的佛，即视师如佛，以及对自己宣说教言的上师应该是超过佛陀的——全知无垢光尊者在前面的科判当中讲得非常清楚，在某些意义上，上师的恩德和能力已经超过了佛陀。

上师可阻恶趣道，利乐现后善趣梯，

加持相续示真义，令入成熟解脱道，

故以稳固不变信，恒时无厌依上师。

“上师可阻恶趣道，”前面讲了上师的很多功德，这里讲到，依止善知识之后，善知识以其加持力，或者通过给我们宣讲甚深的佛道，从此之后就为我们阻挡了地狱、饿鬼、旁生的恶趣道。这是依止上师的功德。

“利乐现后善趣梯，”上师能“利乐现后”，令我们今生和来世获得利乐——今生当中获得世间的长寿、发财、快乐等，将来生生世世转生于善趣。因此“利乐现后”就是说，令我们于今世和来世获得利益和快乐。“善趣梯”是指，善知识就相当于趋入人天的阶梯一样。

“加持相续”，我们的心相续通过上师的加持得以转化。

“示真义”，依止善知识之后，善知识给我们讲了真正的胜义菩提心、胜义的真实道理。

“令入成熟解脱道，”并且通过灌顶成熟我们的相续，通过宣讲教言来让我们获得解脱道。

“故以稳固不变信，恒时无厌依上师。”因为上师有上面的种种功德，我们在生活当中无论遇到任何事情，都要以恒常永远也不会改变的稳固的信心，恒时无有厌烦心地依止上师。

这些词很重要啊！如果我们的信心不稳，最后就会退失。后面也会讲，在依止善知识的过程当中，可能会因为上师的言行举止，或者他对你的一句批评、一件事情的处理，甚至他没有任何过失、你自己的心眼不清净……以各种各样的原因，最后退失信心。

所以，我们在依止上师的过程当中应该发愿：在一生乃至生生世世当中不离善知识。而且也要经常默默地祈祷，如果通过信心来祈祷的话，确实很多事情也会如愿以偿的。

- **依止善知识不落恶道**

所以我们首先要懂得，依止善知识的人即使不能非常精进或者修得很圆满，但是，如果你始终没有破坏师徒之间的关系，当你死的时候也不会堕入三恶道当中。这也是我们藏传佛教的一个窍诀，很多上师们也都是异口同声这样讲的。

包括汉传佛教当中，在元朝、明朝时所造的一部论典叫做《缁门警训》，这是汉地非常重要的一部教言开示。其中是怎么讲的呢？“若逢真正导师，切须勤心亲近。假设参而未彻，学而未成，历在耳根永为道种，世世不落恶趣……”

意思就是说，当你遇到了真正的导师、善知识的时候，一定要很精勤地去信赖、依止他。在精勤依止的过程当中，虽然参禅没有彻底开悟，修学没有完全成功，但是因为你的耳根听到了他的道，你耳濡目染之后相续就会有改变，死的时候就不会堕入三恶道——“世世不落恶趣”，生生世世都不会落入恶道。

所以，我们在今生短暂的人生当中，依止善知识的这种心不能断。因为依止善知识之后，善知识可以加持我们的相续，对我们证悟法界本来的意义也有着非常重要的缘起。

- 上师窍诀更重要

以前阿底峡尊者来到藏地的时候，有“库鄂仲”三个弟子，他们问阿底峡尊者：“是所有的经论重要，还是上师的窍诀重要呢？”

当时阿底峡尊者说：“上师的窍诀更重要。”

这三位弟子继续问："为什么上师的窍诀更重要？"

尊者说："因为即使你通达所有的三藏显密经论，但如果没有上师的窍诀，你也没办法修行，最终正法与自己的相续肯定会背道而驰，有这个危险性。如果你具足了善知识、上师的窍诀，即使并没有精通显密一切教法，但是依靠上师一些短短的窍诀和甚深的教言，就完全可以通达佛教的意义。"

我本人也经常思考：如果当年没有遇到上师们，我肯定是沉溺在轮回当中；虽然现在也沉溺在轮回当中，但是至少在显密经论的基本教义和因果取舍方面有了非常大的差别。

- 依止上师不能喜新厌旧

我们首先要知道上师窍诀和依止上师的重要性，同时在生活当中，不能以一些小小的事情就改变对上师的信心，要有不变的信心！

《华严经》当中也讲了，如果见到善知识随顺烦恼的时候怎么办呢？不要有嫌疑之心。为什么呢？因为对这样的善知识，不应该有信心的变化，这在《华严经》当中讲得非常清楚[66]。我们以前讲密法的时候也讲过：你看到善知识随烦恼行的时候，要想到是自己的心眼不清净等等。因此，恒时无有厌倦心，是很重要的。

现在很多人在依止善知识的过程当中喜新厌

---

[66] 《华严经》："见善知识随顺烦恼行，勿生嫌怪；于善知识所生深信心，不应变改。何以故？善男子！菩萨因善知识闻一切菩萨行；因善知识，成就一切菩萨功德；因善知识，出生一切菩萨大愿……"

旧，有些人好像情绪特别低落，说是“我现在不行了，已经不想听课了”，“我已经生起疲劳之心了，现在不行了”，“现在我们这帮人都太累了，精神已经提不起来、提不起来了”。我们这里有些堪布也经常说：“我们这些老法师应该休息了，现在精神一直提不起来，身体不好、心情也不好，心情低落得很厉害。”

按理来讲，人越来越老的时候，身体可能会越来越衰败，这是一种自然规律。但是对于修行人来说，心如果随着身体而老、衰败的话，可能修行确实不是很成功的。

因为真正的修行人，就像以前很多传承大师的传记里面讲，虽然身体老了，但是利益众生、弘扬佛法的这种心会越来越坚强、越来越切，并没有以此而生起疲厌心。

《华严经》第七十七卷当中也讲了很多比喻：依止善知识的心应如金刚一般，金刚是怎么样也无法被摧毁的，依止善知识的过程当中应该有像金刚那样的心；又如仆人之心，仆人的话，主人怎么样侮辱他，他都不会疲厌，还是很坚强的，会一直随顺；还有如大地之心，像大地的话，万物都可以在上面依存[67]。

---

[67] 《华严经》：“复次，善男子！汝承事一切善知识，应发如大地心，荷负重任无疲倦故；应发如金刚心，志愿坚固不可坏故；应发如铁围山心，一切诸苦无能动故；应发如给侍心，所有教令皆随顺故；应发如弟子心，所有训诲无违逆故；应发如僮仆心，不厌一切诸作务故；应发如养母心，受诸勤苦不告劳故；应发如佣作心，随所受教无违逆故；应发如除粪人心，离憍慢故；应发如已熟稼心，能低下故；应发如良马心，离恶性故；应发如大车心，能运重故；应发如调顺象心，恒伏从故；应

而有些人因为小小的一件事情，心就改变了。现在是什么样的情况呢？很多人依止善知识很容易，不需要什么其他的因缘，所谓的观察上师这些环节都不要，只是根据当时的心态——你对他的印象好不好，如果印象好就去依止，如果印象不好就不依止。这就像世间交朋友的心态一样，根本没有按照佛教里面所说的上师和弟子的法相而结上师徒之缘。这种做法肯定是不合理的。

即使有些人已经依止了上师，但刚开始是出于一种好奇心，什么“身口意都供养”等等，所有的好话全部都已经说完了，自己没办法表达的时候，请妙音菩萨来表达自己的真诚之心，很想自己拥有无数张嘴来说出赞叹的语言。但是到最后，这样的态度很可能会有很大的变化，甚至师徒之间发生极大的矛盾，好像比伊拉克战争还厉害，这种现象也经常发生，这是非常不好的事情。

我们依止善知识的过程当中，不要有很多的变化吧！世间的感情跟佛法的求学之心，跟依止善知识和依止金刚道友的心是完全不相同的。

所以，“恒时无厌依上师”很重要啊！很多人到了一定的时候，过了两年、三年、八年、十年之后，心就开始动摇起来了，不像以前那样了。这个时候要观察，自己到底是什么样。

发如须弥山心，不倾动故；应发如良犬心，不害主故；应发如旃荼罗心，离憍慢故；应发如犗牛心，无威怒故；应发如舟船心，往来不倦故；应发如桥梁心，济渡忘疲故；应发如孝子心，承顺颜色故；应发如王子心，遵行教命故。”

以上讲了依止上师的功德，下面讲依止上师有几种不同的方法，首先以比喻的方式来宣说。

丙二（依师之方式）分二：一、依师方式之比喻；二、如同患者依医师。

丁一、依师方式之比喻：

如同患者依药王，黎民百姓依君主，

客人依止护送者，商人依止大商主，

舟子依赖于船桨，为灭烦恼离过害，

因畏生死成二利，为渡有海当依师。

患者依药王、黎民百姓依靠君主、客人依止护送者、商人依止大商主、舟子依赖于船桨，这是几个比喻；为了灭除烦恼、离开过害，因为畏惧生死、要成办二利，为了渡过三有的大海等目的，应当依止上师。

在下一个科判当中，《大车疏》引用了《华严经》的教证，分别将这几个比喻对应意义做了宣讲，说明要以这些方式来依止善知识。

“如同患者依药王，”依止善知识的方式，先从比喻上讲的话，就像一个病人依止医生一样。

其实病人所有的希望都在医生身上，他会以一种渴望的心一直看着医生。我们经常看到，病人在住院的时候，不管医生负责任还是不负责任，医生、护士一大帮人进来的时候，病人就生起一种希望的心看着他们；甚至跟家人、亲人都不说话的人，看到医生就会说话。因为他有一个想从疾病当

中真正获得解脱的心。

我们为了灭除烦恼，也应该有这样一种心态：依靠上师像依靠药王一样，把自己当成病人一样，把法当作妙药一样，把认真依止当作治病一样。这是第一个比喻。

“黎民百姓依君主，”第二个比喻，一般平民百姓都要依靠一个君主。不管你移民到什么地方去，对当地的国王、官员都会以非常恭敬的心去依止。

其实我经常想到，现在西方有些人说：“老师和学生是平等的。”老师讲课的时候，下面有些学生的态度就非常不恭敬，还说：“我们提倡平等、自由。”

但是实际上，他们当中的领导者和被领导者之间还是有差别的。比如说，国家总统来了以后，所有人都是非常恭敬的，其他人来的时候就不同，好像“平等”自然而然就消失了。

在美国的有些学校里面，好像学生对老师一直是非常“平等”的态度；但是在其他场合，当领导来了，或者企业的大老板来了，下面的人就特别恭敬。我去看了几个企业，想看看他们是不是真的什么都平等、都一模一样。实际上不是的，董事长来的时候，下面的人话都不敢说，特别恭敬，自然而然有一种约束感。所以有时候，所谓的“自由、平等”只是在某些地方讲而已。

我觉得无垢光尊者在这里所讲的和佛经里面的这些比喻是很好的。有些地方的人说：“你对上师

不需要恭敬，都是平等的。”现在我们藏族有些年轻人也是经常不把上师叫“上师”，而是说“老师，你好、你好”或者“某某老师”。我们学院当中有个别的年轻出家人，对自己的堪布都说：“老师你好。”他还要去握手。（众笑）

“客人依止护送者，”比如说你是一个客人，路上很危险，你找到一个护送者，那你的很多希望都寄托于他。

“商人依止大商主，”如果你是一个商人，从来没有去过大海，从来没有去过森林……当商主带你去的时候，你的很多行为就要对他非常恭敬，否则他不高兴就会把你抛弃，特别麻烦。

“舟子依赖于船桨，”作为舟子的话，他依赖于船桨，船桨没有也是不行的。

“为灭烦恼离过害，因畏生死成二利，为渡有海当依师。”通过这样的比喻说明，为了解脱烦恼，为了解脱轮回的各种过患，为了离开生死轮回，为了成办自他二利，为了利益无边的众生，我们都应该很认真地依止善知识。

其实《华严经》当中也有这个比喻：善知识如慈母，因为她给予我们如来的种姓；善知识就像自己慈悲的父亲，因为他可以广大地利益我们；善知识犹如乳母，她守护我们不堕于危害、令我们不做恶事，等等[68]。《华严经》把上师比喻成父亲、母

---

[68] 《华严经》：“善知识者，犹如慈母，出生一切佛种性故；善知识者，犹如严父，广大利益亲付嘱故；善知识者，犹如乳母，守护不令作恶法故……”

亲、乳母，通过这些世间的比喻，我们也自然而然会知道，上师跟自己还是有一定的差别。

而且，你如果依止善知识非常好的话，从三界轮回当中获得解脱也好、从生死怖畏当中获得解脱也好，都是有一定把握的。依止过善知识的这些人，确实不怕死，即使听到自己得了晚期癌症，也会觉得“生死对我来讲也没有什么”。因为他听过善知识的很多窍诀，还是有差别的！我们平时如果对死亡都不怕的话，对其他的世间事恐怕也不会有很多的畏惧。这也是善知识的一种力量。

因此佛法当中讲，真正依止善知识之后，很多需要成办的大事、小事，自然而然会成就的。如同《华严经》讲：“十方法界中，所有诸佛法，汝事善知识，一切皆能入。”意思就是说，你好好地承事善知识的话，一切都会如愿以偿的——佛教当中任何一件大事无不成办。我觉得这个道理大家也应该好好地思考一下。

《华严经》的这句话就是说，如果你如理如法地依止善知识、承事善知识的话，十方世界当中所有的佛法、许许多多世间和出世间的功德，自然而然会圆满的。所以通过这个比喻，我们也应该知道怎么样依止善知识。这些依师方式的比喻，我觉得很好。

- 不应一味倡导平等

现在有些国家经常将善知识称为“老师”。我刚才讲了，很多年轻人不叫“上师”，而是说“老师你好”。那天有一个法师说：“不说‘上师’

，说‘老师’的这些人还是有问题的，要详细观察。”但观察也好，不观察也好，在现在海量信息的时代，有时候确实很难控制人的心态。

但是在这个时候，有些人丢了传统。传统当中所说的那些意义，他根本没有想，他觉得父母跟儿子应该是平等的，老师和学生应该是平等的。

在某些方面我们也承认：一切众生具有佛性，这方面是平等的；一切有为法皆是无常的，这方面也是平等的；“苦才是人生”，也是平等的；“做才是得到”，也是平等的——老师也是做才能得到，学生也是做才能得到，这是平等的。

但是有些方面，老师和学生确实是不平等的。那天我们学校里面有些人说：“老师跟学生应该是平等的。”我说：“不平等，至少工资上是不平等的，老师有工资，每个月有几千块钱，你们一块钱都没有，所以是不平等的。很多方面你们太幼稚了。”所以，有些方面还是应该有差别的，对吧？这个比喻很好，尤其是西方人要注意。

丁二、如同患者依医师：

上师明医教言药，自为患者作此想，

精进修持如服药，得寂乐果如病愈。

其余依法以此推，当以清净四想依。

这跟前面的内容基本上相同，是以其中患者依医师的比喻来说明的。

“上师明医教言药，”将上师作为真正通达医学的

名医来想；将上师所讲到的教言当作能遣除我们相续当中烦恼疾病的药来想。

“自为患者作此想，”将自己当作无始以来被各种痛苦所逼迫的患者来想。

“精进修持如服药，”那么精进修行，就像一个病人不断地按照医生的要求去吃药、去治疗的过程。

“得寂乐果如病愈。”通过修行，最后获得了真正的寂静和快乐的果，就相当于是疾病痊愈。

“其余依法以此推，当以清净四想依。”前面讲到的其他比喻，平民依君主、客人依护送者、商人依靠商主、船夫依靠船桨等，这些每一个也都有四种想。

这四种想我在这里不一一地解释，《大车疏》中引用了《华严经》的教证[69]，对此讲得比较清楚，我们以前在《前行》当中也讲过，很多人在文字上应该会明白的。

我们在还没有解脱之前，平时应该把自己当作病人来想；凡是给我们讲述显宗、密宗所有教法的上师们，应该要作为医师来看待；我们每天修持的法要当作病人吃的药；在病没有好之前要一直吃

[69] 《大圆满心性休息大车疏》：《华严经》中云：“善男子，汝当于己作患者想；于法作妙药想；于精进修持作疗病想；于善知识作明医想。善男子，汝当于己作庶民想；于法作无畏想；于精进修持作灭害想；于善知识作国王想。善男子，汝当于己作客人想；于法作无畏施想；于精进修持作救畏想；于善知识作护送者想。善男子，汝当于己作商人想；于法作商品想；于精进修持作获利润想；于善知识作商主想。善男子，汝当于己作舟子想；于法作船想；于精进修持作趋彼岸想；于善知识作船桨想。善男子，汝当想善知识无厌担负一切如大地；不为一切所害如金刚；不违一切教言如弟子；唯命是从如奴仆；毫无傲慢如断角牛。”

药，如果不吃药，病可能就没办法了，修行也是这样的，我们在没有解脱之前不能懈怠，也不能散乱，要尽量不断地去修行，这是非常重要的。

通过这四种比喻我们应该知道，在修行的时候，善知识是非常重要的。《入行论》中说：“舍命亦不离，善巧大乘义，安住净律仪，珍贵善知识。”即使失去生命也不能舍弃善知识，什么样的善知识呢？是精通大乘意义、具有清净戒律的善知识，这种善知识我们乃至解脱之前都不能离开。

现在很多人依止善知识的时间其实是很短的，大概是先去见一见……当然见上师也很重要的。“噢，你见过没有？”“我见过了。”见一下也可以，但最重要的是要依止善知识。

如果病人光是到医院里面去见一见医生，然后就走了——打个招呼，然后就“拜拜”，那这个病人会不会好啊？可能不行啊！要先到那边去开药，如果你真正想好好治疗的话，过几天又要看一下、把个脉，看一看你身体有没有稍微好转，一直要这样。

因为我们得的是非常严重的“慢性病”，如果你到医院里面跟医生打个招呼，然后供养他五块钱，就觉得已经完事了——有的人说：“啊，我已经依止善知识了。”“怎么依止的？”“在某年某月某日，我去见过他，我求他摄受我，他也已经答应了，并且给我取了一个法名。我现在已经成了佛教徒，我就是修行人！”光得一个法名可能不行的——你光是到医院里面挂个号，还没有真正看

病、吃药，然后说是……好像很多地方要思考，对吧？

也许有些上师不是这样，一加持马上就有感觉，你也不用修法，也不用什么，上师给你灌个顶——“我去某某上师那里灌个顶，灌完顶以后，那个甘露好甜啊，很好吃！上师的加持是不可思议的，发的甘露特别特别好吃，佛法的力量真的不可思议，上师的加持更是不可思议！我当天晚上也是做了梦，整个世界全部都是……”不说了，这些都是捏造的。（众笑）

刚才讲的是依止善知识，依止善知识确实是最重要的。现在很多佛教徒，依止善知识就是取个法名、办个皈依证，然后让上师灌个顶、加持加持。“您再给我加持，再敲一下、再敲一下！”再怎么敲也没有什么用的。像拉萨那边来的好多老年人说，“你给我吹一下眼睛”，“我这里的牙齿很痛”。人老了以后牙齿也脱了，没办法吹的；眼睛也模模糊糊的，上师怎么吹也是没有办法的。

确实你们看到很多人，他们自己也不知道生老死病到底是怎么回事，这个规律任何上师也是没办法改变的。吹的风再大，哪怕像末劫风一样，也没办法把你眼睛里面的模糊清掉，很难的。

但是，现在很多人对上师们的信心倒还是很不错的，觉得他是万能的，他只要吹一口气，眼睛不好的也好了，就像《入菩萨行论》最后回向文所讲的一样，什么都好了。“我这里也痛，给我吹一下；这里也痛，给我吹一下；我这里……”（众笑）

下面讲弟子的法相，包括应该舍弃的弟子的法相和应该摄受的弟子的法相，有两个方面。首先是应该舍弃的弟子的法相：劣法器弟子的法相和未观察的过失，分两个方面。

丙三（弟子之法相）分二：一、应舍弟子之法相；二、应摄弟子之法相。

丁一（应舍弟子之法相）分二：一、劣法器弟子之法相；二、未观察之过失。

戊一、劣法器弟子之法相：

劣缘弟子诸过根，无信惭愧悲心微，

种姓行为缘皆卑，妄念业惑五毒粗，

混淆善恶法非法，违犯学处破戒律，

不守誓言无对治，愚痴慧浅难知足，

增长嗔心多粗语，师作野兽法麝香，

自为猎人修射箭，获得法果售他人，

以五倒想依师者，无誓言故今来苦。

下一堂课会讲善缘弟子的法相，这里讲到了恶劣弟子的法相。

“劣缘弟子诸过根，”“劣缘”即恶劣的因缘，有各种各样的恶劣因缘。劣缘弟子其实是一切祸害、一切过患的根源。他具足什么样不好的法相呢?

“无信惭愧悲心微，”无有信心，对上师、三宝、四谛，对圣法方面的信心是没有的。而且没有惭愧

心，悲心也很微弱。

我们前面也讲了，恶人的话，好像不好的方面全部具足；好人的话，很多好的方面也都具足。这跟人的前世和很多方面都有关系，人不好的话，性格也不好、信心也不好，各方面可能都有很多很多的恶缘，甚至有时候钱也没有。

“种姓行为缘皆卑，”他的种姓恶劣，行为极其低劣，缘分也是极其卑贱。各方面的因缘都不好——跟道友的因缘也不好，环境上的因缘也不好，自己修行的因缘也不好。不好的人什么都不好，他自己也觉得非常痛苦，但也没办法，跟前世可能有一定的关系。

“妄念业惑五毒粗，”他的妄念也很粗大，业力极其深重，五毒烦恼也极其粗重。

“混淆善恶法非法，”善法、恶法，正法、非法，这些都不会取舍，始终处于一种混淆当中。

“违犯学处破戒律，不守誓言无对治，”还违背别解脱戒律和菩萨戒的学处，密宗的誓言也不能守护，并且没有对治。

“愚痴慧浅难知足，”智慧极其浅薄，而且没有满足之心。

“增长嗔心多粗语，”嗔恨心经常像火山一样爆发，他一发嗔恨心的时候周围的人都很难忍受；也经常说一些粗语。

佛教徒以后不要说粗语。我们学院当中可能没有经常骂人、吵架和骂人厉害的人。但是如果有的

话，以后我们可能要规定罚款。原来我们学校里面经常有打架的，后来老师向他们罚款三百还是五百块钱，从此之后再也不打架了。

所以有时候，光是教言可能不行的，还是要有一些惩罚。在我们学校里面，我刚开始对校长说："你这样惩罚不行啊，他们嗔恨心爆发的时候会经常被罚的，本来老师和学生也没有很多收入，你五百块钱、三百块钱这样惩罚的话，不行啊。"校长说："没事、没事，我有经验，一般这样规定的话，以后肯定会比较好一点。"自从他规定之后，很多人自己就有了一种控制力。

其实有时候，骂人的人内心当中还是有一些……在这种情况下，求他可能不行："你不要骂人、不要骂人，求你不要骂人！"这样不行的。如果说："你可以骂人，但是到时候你把人民币交过来。"那还是比较管用的。以后各个部门、有些团体可以看看啊，我觉得这也是个好办法。

"师作野兽法麝香，自为猎人修射箭，获得法果售他人，以五倒想依师者，无誓言故今来苦。"这些人是什么样呢？把上师当作野兽、獐子一样来看待，把法看作麝香，自己当作猎人，修法像射箭一样的。最后的目的是什么呢？就是把获得的法卖给别人。

现在很多人都是把佛法当成买卖品，这样的做法是非常恶心的。我们前面讲了四种颠倒想，这里再加上拍卖佛法，通过佛法来赚钱。以五种颠倒想依止上师的人，因为没有守护誓言的缘故，今生来世定会感受痛苦。

现在有些上师，包括去汉地的个别上师，他的目的并不是弘扬佛法，他就是为了卖法，然后自己发财；有些弟子依止善知识和学法实际上也不是为了解脱，就是想通过佛法欺骗别人——到什么上师那里求过法，以此再去欺骗很多人，也有这种现象。

现在“五种颠倒想”的现象确实是非常严重，这些人可以说是败坏佛教、染污佛教，是佛教徒当中的败类。

我经常这样想，即使你不能弘扬佛法，也千万不要依靠佛法来欺骗很多人。现在有些人嘴比较会说，经常通过这种方式来欺骗别人。

将来各个地方一定要注意一些不如法的现象。有些人可能是受别人冤枉的，他们不一定不如法。尤其是现在的网络时代，可能有些人对某个人不满，就把各种各样的信息发出去，他也没有机会澄清，所以可能有极个别受冤枉的。但是，有些人的确是通过佛法来欺骗很多众生，对于这种人，我们佛教徒一定要排除、遣除，不能让他摄受众生。

所以大家要知道，总体上，佛教以慈悲观来对待所有众生，并以悲悯心来摄受，但是在特殊的情况下，对因缘没有到的劣弟子，最好不要给他讲授佛法，这是非常合理的。

- **培养佛教人才是根本**

因此我也想，喇荣佛学院和其他各种佛学院，以后还是应该出一些佛教人才的。我很多年以前就

有这种想法，如果我们学院什么样的人都来的话，比如说老年人、残疾人、孩童、文盲，最后我们佛学教育的质量是没办法提高的。

我去过西方很多国家的大学，像哥廷根大学、哥伦比亚大学、哈佛大学，我说：“你们跟其他很多国家的大学不同，你们是用什么办法做到的？”他们每个学校几乎都这样回答：“为什么我们这样出名？为什么我们一个学校里面就出那么多诺贝尔奖获得者呢？其实是因为我们摄受的是高层次的人，他们在别的地方已经博士生、研究生毕业了，而且智慧很不错，这样的人我们摄受之后，在这里稍微‘加工’一下就可以了，就成了我们的‘产品’。”这是他们的一个窍诀。

但是，一个不成功的团体，可能是被当成了难民营、养老院。如果什么样人的都有的话，所有的管理人员每天都为这些人费一些心思，最后真正培养人才可能是做不到的。

有时候我有一种想法，我们所谓的佛学院以后应该像一个佛学院；而一些佛教信徒的团体，就像我们学会，也应该跟其他佛教团体不同，门槛稍微高一点。其实门槛高了，人不一定不来，因为人都喜欢往高处走。而如果免费的话，大家都不一定来。比如说我这个茶杯如果两百块钱，不一定有人买，如果是三千块钱的话，不管怎么样还是有人买的。

因此，我们学会的门槛也是比较高的，这个大家都应该清楚，而有些地方是根本做不到的，跟其

他有些佛教团体和寺院相比较起来，我们是非常严格的。

关于以后佛学院的发展，我们现在也正在思考。如果你因为自己的水平、人格、年龄等很多方面的原因，暂时不能趋入的话，你也应该理解。

其实佛教徒并不是没有慈悲的，但是我们弘扬佛法的资源是有限的，我们应该抓住根本，培养一些非常重要的人才。这样的话，在以后的几百年、几千年当中，他们可能成为弘扬佛法的柱梁，我们可以将其建立起来。

在这种情况下，有些恶缘的弟子，包括我们佛学院当中，确实是破誓言的、非常麻烦的人，完全可以开除。你们也许觉得："啊，怎么没有慈悲心呢？佛教不是讲慈悲心吗？"

有一部经叫做《福盖正行所集经》，这是龙猛菩萨结集的，汉地的日称等翻译的，这里面是怎么讲的呢？当时阿难尊者问佛陀说："您对破戒者不传甚深的法，您不是慈悲者、大悲者吗？如果您不给这些人传法的话，您就没有慈悲心了。"当时阿难问佛陀这么一个问题。

佛陀说："我虽然是慈悲者，对所有众生都有平等心，但是他们这些人已经是非法器了。是非法器的话，甚深的佛法乳汁是没办法在其中停留的。就像一个瓶子已经烂了，你再怎么样日日夜夜拼命地往里面倒液体，也是根本没办法存留的。所以，即使我佛陀也没办法用慈悲心来摄受他们。"佛经里面也是这么讲的。

是哪一部佛经我没有查到，查到的这个是龙猛菩萨汇集的，藏文当中好像没有。藏文里面讲，《学集论》和《经集论》[70]讲的是大乘佛法，刚才我讲的那部经（《福盖正行所集经》）主要收集戒波罗蜜多和布施波罗蜜多方面的法，是将世间福德方面的一些因果概念等汇集在一起的。关于不能摄受劣缘弟子的问题，在这里说的是非常清楚的。

我希望，学院的各个法师以后不要只想着自己的一些事情，在做事情的过程当中，自己也许需要有些付出。以后涉及到个人的时候，我们要想到：那烂陀寺是一个什么样的学佛组织，现在世间一些高科技中心、大的学府到底是什么样的？在这方面衡量的时候，我很希望我们佛学院和其他很多佛教团体应该清楚，最重要的是，先培养具有大悲心、具有智慧的佛教人才。

同时，我们在其他佛教中心和寺院当中，也要给人们提供佛法的甘霖，这是非常有必要的。但是，每一个地方都应该有一些不同的特点和作用，如果全部都是千篇一律、一概而论的话，到最后可能我们的根本也会失坏。这个根本是很重要的！

任何一个地方，包括现在的喇荣山谷，都有一个承载力。我前一段时间在金刚萨埵法会的时候也说过吧，现在不要来很多道友，大家最好都在家里好好学，这个是原则，我内心当中也是这样想的。

但是最早的时候，有一次开金刚萨埵法会，我为了多些人来参加、结缘，就写了一些《法讯》，

70　此处提到的《学集论》和《经集论》为龙猛菩萨所造。

当时没有网络，我就把通知寄到各个地方去。我记得当时印了七十多张，发到各个地方去。结果上级已经查到了，查到之后就让我在县委办公室写检讨，他们说："你为了金刚萨埵法会已经写了七十多份《法讯》，这是违背了……"

这件事大概发生在1996年，总之是很早的时候，因为金刚萨埵法会好像是1994年开始的。当时我没有写检讨，我说："文字上的检讨我不写，口头上我可以说'我错了'，但文字上我不写。"

但现在的话，我们确实也需要另一种方式，另一种方式是什么样呢？我希望各个地方的人，大家都在本地开法会。确实这里的道友们特别累，你们到这里以后，水也没有、路也没有，现在我们还有很多很多的困难。

前两天我也跟大家讲了，你们在外面听课的道友也应该能获得同样的功德，这样的话，你们偶尔来这里拜一拜、照个相都可以，主要的学习还是在自己的地方进行。

而有一些真正从佛教当中获得高文凭的，人格、智慧上都非常不错的人聚集在这里，这样的话，我很想将来喇荣佛学院变成一个像清华北大那样的学校。他们录取学生的分数比其他的学校都高，能考上不是那么容易的；从那里出来的话，虽然每个人的因缘不同，但跟其他地方出来的人相比，总的智慧也是确实不相同的。可能国外个别大学的录取分数更高，这个大家都是非常清楚的。

学院现有的僧人已经在这里了，但以后，我们

要通过另一种方式来看待这个问题。为了佛教的弘扬、为了真理的探索、为了无量众生的利益，我们应该敢于担当。否则，如果大家都处于一种畏缩的心态中，又怕因果，又怕这个、又怕那个的话，可能最终什么都没有了。

所以相关的管理人员和法师也看看怎么样好。总之我觉得，一些恶劣弟子越少越好，因为再怎么样给他讲也是没有用的；还有一些因缘暂时没有到的人，大家也要想想办法，这方面应该值得思维。

所以，佛教当中也有不能摄受的弟子的法相，和能摄受的弟子的法相，也就是说，弟子有这两种情况。

戊二、未观察之过失：

下面讲没有观察弟子的过失。对弟子一定要观察，很多上师都是因为没有观察，最后很多事情都被恶劣的弟子搞坏了。

有者最初未观察，鲁莽草率成师徒，

喜新赞德后诽谤，有者阳奉阴违依，

间接污辱师眷属，彼等将堕无间狱。

“有者最初未观察，鲁莽草率成师徒，”有些上师刚开始没有观察弟子，弟子也没有观察上师，比较莽撞，很草率地就结成了师徒关系。

有些人可能大大咧咧的，也不观察，就说：“没事，我给你讲一个最甚深的密法。”最后可能自他都已经毁坏了。按理来讲，观察弟子应该是很细

致的。我们这里有些法师做事情很细致，前前后后都会考虑很多；有些的话，“没事没事，这样就可以了”，“没问题，什么都可以”，这样的话，可能最后还是很危险的。

“喜新赞德后诽谤，”这些没有经过观察的恶劣弟子会喜新厌旧，刚开始他很欢喜，当面赞叹、身口意供养，但是过一段时间就开始诽谤，所有坏的来源都成了上师。

“有者阳奉阴违依，”有些人会当面赞叹，但背后就开始违背、诽谤、违誓言。

“间接污辱师眷属，”有些人可能没有直接诽谤上师，但他主要是间接地说，“啊，你们这帮人全是骗子”，“他身边的人都是坏人”。

其实，我们有时候也可以看得出来，一个人对上师是赞叹还是诽谤。他想赞叹的时候，会通过上师的眷属、法脉或者其他相关的东西来赞叹；但如果他想诽谤、侮辱的话，就会说“噢，他们这一群人全是如何如何”，“这一帮人、这一伙……”。

“彼等将堕无间狱。”其实这样诽谤的话，到最后也会堕入无间地狱的，非常可怕。

因此，对这些恶劣弟子应该尽量地先去观察，如果没有观察，就会带来很多的过患。

现在有些佛教团体中的人，包括有些上师和弟子之间，甚至已经告到法院去了。有些弟子先去供养，后来让上师把他的供品退回来，上师死活也不退，说：“你已经给我供养完了，我还退你什么

啊？不退的。我当时也没有要你的，是你自愿供养的。”然后弟子说：“不行啊，你当时显得非常如理如法，现在我已经发现你许许多多不如法的事情了。”“如法不如法是我自己的事情，跟你有啥关系？”……

他们刚开始都没有观察——这个弟子是那么亲切、那么亲热，见到上师都是一直哭哭哭，谁会知道最后见到上师又恨得一直哭哭哭。确实，所谓师徒之间的关系也会有这种现象。

所以无垢光尊者要求首先一定要观察，观察十二年也好、观察一年也好。一般互相观察之后，自己基本上也会清楚对方的情况。

但是现在，在传授佛法或者灌顶的时候，一个一个观察确实也是非常困难的；像古代，一个上师摄受一个弟子或少数的弟子，观察起来应该是容易的。以前上师如意宝也说过，他传的密法太多了，弟子当中也有各种各样的人，这样的话，他今生当中密法的一些成就，包括法体缩小肯定不会有的，上师这样讲过很多次。

所以现在，对于各种各样的弟子，上师要完全这样观察以后才能摄受的话，是很难实现的。但不管怎么样，经论当中是这样说的。

第三十二课

思考题：

【知识类】

1、依止上师后，如果看到了上师的过失，此时应如何思维、如何做？请从不同的角度分析。

2、如何令上师欢喜？如果自己不能达到上师的要求，此时该如何做？请根据不同上师的情况分析。

【修行类】

1、贤善弟子的法相有哪些？如何做到“虔诚恭敬恒稳固”？你打算如何做？

2、在上师面前，应断除哪些身语意方面的恶行？如果没有机会到上师面前，是否就不需要注意这些了？请说明理由。

【生活类】

1、作为管理者，当听到有人对其他人赞叹或说过失时，应如何对待？管理者为什么需要特别注意自己的语言？

今天我们继续讲依止善知识，前面讲了上师的法相和弟子的法相。在弟子的法相当中，坏弟子的法相已经讲完了，现在讲好弟子的法相。

丁二（应摄弟子之法相）分十二：一、贤善弟子之法相；二、思师功德忏前戒后；三、勿令师不喜所作当请示；四、于师前断除身之恶行；五、断除一切语之过患；六、断除意之邪分别念；七、观察己过恒敬上师；八、持一切恭敬行为；九、修持正念正知不放逸；十、以三喜恭敬承侍上师；十一、以方便遣除他人之诽谤；十二、如是而行之功德。

应该摄受的弟子的法相，全知无垢光尊者在这部论典当中，以十二个科判来进行宣说。其中第一个是讲真正可以对他宣讲佛法的贤善弟子的法相。

戊一、贤善弟子之法相：

善缘弟子信心大，精进修法智慧高，

具正知念不放逸，不违教言守戒誓，

三门调柔悲心大，胸怀宽广不急躁，

慷慨具有清净观，虔诚恭敬恒稳固。

无垢光尊者讲的确实很殊胜啊！真正具有法相的弟子，他的特点是什么样呢？

“善缘弟子信心大，”一个是与上师有非常好的缘分，具有殊胜的前世、今世的因缘。

缘分不好的话，师徒之间可能经常吵架，因为小小的事情也是非常不开心，甚至闹矛盾，从此之后变成冤家，有这种情况的；如果有善缘的话，就像上师如意宝经常讲的，他和他的上师托嘎如意宝，从刚开始相见就一直有非常殊胜的因缘。

贤善弟子对上师三宝及其功德有非常大的信心。信心是很重要的，一般来讲，密法当中也是以信根为主，《杰珍大圆满》《空行心滴》都讲以信根为主。以前蒋扬钦哲旺波也说过，在五根[71]当中，对修持密法来说，信根是最重要的。

“精进修法智慧高，”这个弟子还要精进，在修行佛法方面不拖延、不懈怠，一直非常努力，每次对

[71] 五根：指信根、进根、念根、定根、慧根，此五法是生圣道的根本。

上师所讲到的教言都努力地去完成。

在完成的过程当中，他具有取舍的智慧，世间法也好、出世间法也好，在很多方面都有特别成熟的智慧。即使以前智慧不是很高，但后来通过学习而增上了智慧。

“具正知念不放逸，”他有经常观察三门的正知正念，还有不忘善法的正念，在善法当中不会脱离，三门谨慎注意、不放逸。

“不违教言守戒誓，”不违背上师所讲的教言，守护别解脱戒、菩萨戒和密宗的誓言。

“三门调柔悲心大，”身口意三门极其调柔，不是特别粗暴、凶恶。

有些弟子把上师管得特别可怜，上师一点权利都没有。不管到哪里去、住，做什么事情都是弟子说了算，上师自己没有权限，全部的“刹车”都放在弟子的手中。

另外，他对一切众生的悲心也极其广大。

“胸怀宽广不急躁，”他的胸怀很宽广。如果弟子的胸怀很宽广，可能被上师稍微批评一下，或者看到上师的有些行为、做的有些事情，就不会在意；如果心胸很狭窄，一个非常小的事情他就接受不了，会马上离开、诽谤。

还有不急躁。在做事情的过程当中，不是一点感觉都没有、特别缓慢，但也不会急躁。如果太急躁的话，在上师面前处理很多事情也不会非常合理的。

“慷慨具有清净观，”慷慨布施，即上供下施。观清净心，即有清净观。当然，如果有密宗更高的清净观是最好的，如果没有的话，平时就会把金刚道友全都看成坏人，对上师的所作所为也看不惯，这个也看不惯、那个也看不惯。

“虔诚恭敬恒稳固。”然后是“虔诚恭敬”，这种恭敬是虔诚的恭敬，而且恒常稳固，并不是刚开始见到上师的时候三门恭敬、三门供养，一切的一切都是这样的，但到后来慢慢就完全变了。

这种现象还是比较多的。包括我所认识的很多佛教徒，刚开始特别恭敬，好像恭敬得有点太过分了，已经超越了想象；但到最后的时候，他的那种冷漠和一些行为也让人难以接受。这种情况，藏族人当中有，我认识的汉族人当中确实也有。

我有时候心里想起来：“噢，某某人呢，他的人格是很稳重的，在多少年前就是这样的，现在也是很不错的；哇，某些人刚开始的时候，就像现在世间男女的感情一样热得不得了，过一段时间不但冷了，还结成冰！”（众笑）

其实世间的感情确实是无常的，而师徒之间虽然可能也有无常的现象，但是不管怎么样，它还是具有一种誓言的线，这个誓言的线不能破掉；如果破掉，对双方都是不利的。

因此最重要、最根本的是什么呢？就是要懂得上师的功德，然后以恒常的恭敬来依止上师。

恒常恭敬是非常重要的。唐密当中有一部经叫

做《佛说无二平等最上瑜伽大教王经》，其中说到：“若求成就作法时，不应称其师名字，违者当堕地狱中，若干劫数受诸苦。”上师的名字是不能直呼的，如果你违背这一点，最后根本不恭敬地直接称呼上师的名字……以前上师如意宝也讲过，如果谁直接称呼他的名字，说明对他不恭敬。

所以，我们从别人的称呼中也能看出他的信心。刚开始的时候，什么“大恩上师”“金刚上师”“我的上师是金刚什么什么”……但到最后就直接说“某某人”。这说明，自己的信心是有所改变的。

这样实际上也是不合理的，为什么呢？因为我们应该知道，如理依止、令上师欢喜，对自己的修行来讲是非常非常有必要的。佛陀在《胜智续》当中也说过：“若以一滴油，涂师一毛孔，其福则超胜，供养千劫佛。”可见，我们对上师做一点一滴的供养、做一点一滴的承事，比供养千劫诸佛的功德更大。

在《集密意续》当中也讲：“千劫一切佛，皆由依师生，无有上师前，佛号亦无有。”这个教证是很出名的，很多人会用。它的意思是，千劫的佛其实都是依靠上师的加持而修行成就的，没有上师之前，世间当中连佛号也没有。

实际上我们也应该明白，在这个世界上比佛更重要的是上师，所以要依止上师。如果懂得依止上师的方法，就会依靠这种恭敬心而得到悉地和很多的加持。

这一点，我想稍微学习过佛法的人都应该知道。尤其是那些非常成功的上师们，他们在修行的路上都不会违背上师的教言。而有些人虽然经常讲“如何依止上师”，但实际上，如果自己做不到、做得不如法的话，可能只是口是心非而已。

因此，在座的道友们也应该好好地想一想，尤其是，上师比较出名、比较成功的时候，很多人都说“他就是我的上师”，而一旦上师在显现上身体不好，或者是出现各种情况而沦落的时候……有一次，一个比较著名的上师生病了，我去看了一下，本来是有成千上万人经常赞叹、恭敬和依止他的，但是在那个时候、在那种场合下，好像他身边只有一两个人在哭，除此之外什么人都没有。

所以，所谓的上师到了一定的时候，尤其是到了一定的年龄，身体出现了一些情况的时候……前两天我去看了一位老上师，他对我的法恩非常大。我为什么去呢？因为这位上师生病了。如果上师老了就不理的话，从人情上也不是很好的。人在成功的时候，一般大家都会去看他；一旦他身体也不行了、年龄也不行了，利用价值就没有了，这个时候很多弟子都会远离的。

我那天去看上师还是很累的，凌晨两点多出发，到第二天很晚的时候才到目的地，然后在那里看一看上师，第二天回来也非常累。如果不是上师的事情，而是一般的事情的话，肯定很难支撑。但是内心当中一想，佛法上的恩德，可能世间父母的恩德也没办法相比。

佛经里面讲，供养上师和承侍上师的功德超越供养、承侍诸佛。从世间角度来讲，如果自己的父母病了，我们可能会去看的；自己的父母在某个地方出现一些意外的话，大家也会很伤心。但对于上师们，在刚开始你不懂佛法的时候，你可能如理如法地依止过他，听过他很多课，而一旦你有钱、有地位、有很多眷属了，就对上师的情况装着好像不知道一样。

以前，有个老堪布讲过一个藏地法师的故事。他说某某堪布刚从印度回来到这个教派的时候，大家都觉得他很有利用价值，所有的僧团都去排队迎接。过了几年之后，这个上师生了一场大病，听说已经是癌症晚期，没有什么使用价值了，他们寺院的人和住持就装着好像不知道一样，一直看虚空，不像刚开始那样热情接待了。这是我听某个上师说过的某个上师的故事。所以有时候，我们在别人身上能看出很多的习气。

在我们学院当中，现在有很多堪布、堪姆、法师，他们刚来的时候可能在很多堪布、堪姆那里听过课，但是后来自己的智慧等各方面都比较不错了，就再也不认了。那些堪布、堪姆的心里应该是明白的："噢，他刚来的时候是什么样的，中间是什么样的，到最后是什么样的，现在是什么样的，将来是如何如何……"

所以，大家都是人吧，所谓的上师，这里也没有说都是菩萨，也没有说都是佛，是以一个人的标准来衡量的。这个时候，我们就像世间的学生和老

师之间的依止方法一样，也有一个界限。所以在这方面要观察一下。

戊二、思师功德忏前戒后：

下面是第二个问题，要思维上师的功德，并且在看见上师有些过失的时候，自己要进行忏悔。

恒时忆念上师德，不思过失见思德，

定是自现师无过，深思忏戒依对治。

“恒时忆念上师德，”这里是说，我们平时要思维上师的功德。因为跟上师在一起的话，到最后可能会看上师的过失。有一种说法是：如果恒常在一起，哪怕佛陀也会经常被看成有过失者。所以，如果跟上师接触的话，可能会看到许许多多过失、不合理、不如理的地方，在这个时候，因为你以前已经观察过了，那么观察完了以后就要尽量忆念、观想他的功德，不要去思维或者去观察他的过失。

“不思过失见思德，定是自现师无过，深思忏戒依对治。”如果你见到上师有一些过失的时候，要默默地在心里面想：“上师肯定不会有这些过失，只不过是我自己的心眼不清净，我自己的业力很深重，那一定是自己的过失，他老人家不会有这样的过失。”这样反反复复地对自己做一些安慰，然后要励力地忏悔，以后尽量不要产生这样的恶分别念，发愿从此不再犯——这样进行对治是很重要的。

- 见师有过是己错

我们凡夫人本身也是，对看到的事物并不是很

清楚的。当自己的烦恼出现在外面的时候，本来是具足功德的一些人，你很有可能会看成是不如法的，包括自己业力深重的时候也会有这种现象。

《佛说观佛三昧海经》当中专门讲过这一点，你们方便的时候也看看，经中是怎么说的呢？当时释迦族的五百个弟子，还有一千个比丘，一些优婆塞、优婆夷，他们很多人都把具有相好、金光闪闪的佛陀身相看成了各种各样的形象：有些人看到的是像煤炭一样的身体，有些人看到的是像土粉一样的身体，有些人看到的是像黑色大象脚一样的身体……不同人看到的是各种特别不庄严的身相。

其中五百个释迦族人特别地伤心，因为他们都知道，佛陀金色庄严的身相人人都看得到。他们想："本来佛陀是转生于我们家族当中，可是我们释迦族自己人却看得不清楚，把佛陀看成像煤炭一样特别难看的样子。"于是，释迦族的很多弟子就开始拔头发，把身体投在地上、鼻中出血，并大声哭泣。后来，他们通过非常强烈和猛厉的忏悔，在业力清净的时候才看到佛陀的庄严身相[72]。

---

[72] 《观佛三昧海经》："释子众中五百释子。见佛色身犹如炭人。比丘众中有一千人。见佛色身如赤土人。优婆塞众中有十六人。见佛色身如黑象脚。优婆夷众中二十四人。见佛身色犹如聚墨。如是四众各各异见。比丘尼众中有比丘尼。见佛色身如白银色。优婆夷众中有优婆夷。见佛色身如蓝染青色。如是四众观佛色身所见不同。时诸四众闻佛是语。啼哭雨泪合掌白佛。我等今者不见妙色。五百释子自拔头发。举身投地鼻中血出。佛生我家。佛初生时。众人皆见纯黄金色。唯有我等。恒见佛身犹如炭人。亦如羸瘦诸婆罗门。我等宿世有何罪咎惟愿佛日。为我解说。说是语已。自拔头发。号哭如前婉转自扑……白佛言。世尊。我今见佛三十二相八十种好。身黄金色。一一相好无量光明。作是语已寻时得道。成须陀洹。"

所以你们也可以想一想：当时在印度，在同一个时间当中，功德圆满的佛陀的身相，也被看成了各种各样不如法或不庄严的身相，那么，我们看到上师的一些行为有过失肯定是我们自己的问题。包括我们在做梦的时候看到上师有各种各样的过失，醒了之后都要尽量忏悔，如果没有忏悔掉的话，它也会积成一些罪过——在白天的生活当中，你可能也经常会觉得“他说的话不合理，他做的事情不合理”。

可能有些人，包括一些发心人员也会想：“噢，那这样观清净心的话，对这个上师的所作所为也不能提一个合理的建议了。”这也是不合理的。

其实，你可以在没有邪见的情况下，为了上师的事业，相应上师的一些显现而提出一些建议。我以前依止上师如意宝的时候，我们去汉地，我就按照汉地的习惯提一些建议，比如我有时候觉得：“汉族人对这个事情应该是这样的看法，这件事可能需要这样的……”

有时候，上师说的有些话当中，我觉得某句话不一定对他们有利，也经常好心好意地提出来：“噢，这对这些众生来讲可能是不利的，因为他们的感觉是那样的，您老人家的感觉是这样的话……”这个我觉得也不会有什么过失。

否则，尤其是一些发心人员会觉得：“对上师所有的见行都要观清净心的话，那合理的建议也不能提了。”这倒是没有必要的。

这里所谓的不能观过失，是指在真正的一些事

业和行为上，你就真正觉得：“哇，这个非常不如法的！”这种行为我们应该注意。

- **勿以小乘观点衡量大乘菩萨**

尤其是密乘和大乘，也有一些与小乘不同的观点。以前喀绕瓦格西说过：“示大乘上师，外仪虽不妙，不知内密意，切莫观师过。”开示大乘法的上师，虽然他的外相或者威仪有时候不一定是很美妙、如法、庄严的，但是因为我们对他内在的密意不能了知的缘故，千万不要观他的过失。我就喜欢这样的道理。

显宗当中大乘的上师，为了摄受各种各样的众生，他的外相并不像一些小乘行人，也不仅是为个别人的根基而显现的，他需要做各种各样的事情。比如一个大乘上师，他摄受的众生有有嗔恨心的人，也有有贪心的人，也有世间当中对佛教一点都不了解的人，所以在各种不同的众生面前，他可能会显示各种各样的形象。这个时候，我们如果按照小乘的很多观点来观察他就不合理了。

我觉得，现在大多数人对佛教的观点就是对小乘佛教的观点。作为出家人的话，很规规矩矩地走路，跟谁都不说话，别人就会说：“噢，这是个很清净的出家人。”如果这个上师稍微展开一些事业，或者做各种各样事业的时候，别人就开始指指点点、开始诽谤；哪怕是手里拿一杯咖啡、笑一笑，别人也会说：“啊？你出家人怎么拿咖啡！”现在很多人会这样的。但实际上这倒并不是不合理的。

有一部经典叫做《菩萨善戒经》，里面是怎么讲的呢？作为大乘菩萨，千百万金银的资具都可以使用、积累、储蓄[73]，而不能以小乘的行为标准来观大乘菩萨的行为。所以你们看一看《菩萨善戒经》，其中对大乘佛子的行为有专门宣说。因为大乘佛子是用各种方式来利益众生的，只要对众生有利益，他可能就会舍去自己的很多行为。

如果按照小乘的观点，一个小乘出家人，不要说储蓄千百万金银，可能摸金子、银子都不行的。但按照大乘的观点，就像以前讲的蒋扬钦哲旺波的故事一样，他拥有各种各样的财物，在行为上也有很多的方便和智慧，所以如果对众生有利，我们做弟子的也应该从整个佛教的广义层面来观想。

我们以前可能是用小乘的行为来衡量某一个人，但现在也需要以大乘菩萨的行为来衡量他——如果他是一个菩萨，会显示什么样的行为；如果他是一个密宗的成就者，那他的行为要示现成什么样。这个时候，我们可能会有一种比较开阔的思路。否则，在很多问题上我们就不一定能非常清楚。

这是讲到，尽量不要看上师的过失。但光是说"不要想上师的过失"，你就已经想出来了，所以硬是不想有一定的困难。有些人说："我天天想你的过失，我很恨你，但是我很想忏悔。"有些人经常对给自己传过法的人生邪见、生嗔恨心。

73 《菩萨善戒经》："菩萨若受菩萨戒已。应受应畜憍奢耶敷具。至百千万数金银亦尔。声闻之人但为自利。是故如来不听受畜。菩萨不尔。为利众生是故听畜。不得不受。"

其实现在众生的分别念很重，可能上师没有做什么令人生邪见的事情，所谓的弟子也是自然而然生邪见；那如果上师真正做一些令人生邪见的事情……印度、藏地真正的一些大成就者、修行人，比如玛尔巴罗扎、帝洛巴、那若巴，你看他们的传记，那一边杀鱼、一边吃肉，现在谁能接受啊?

戊三、勿令师不喜所作当请示：

下面是讲，不要做让上师不欢喜的事情，有事情要做的话应该请示上师。

当断师诸不喜事，精勤令师生欢喜，

永不违背师教言，师之爱眷亦如师，

不摄师眷为弟子，说法灌顶当请示。

“当断师诸不喜事，”这里说，应该断除一切上师不喜欢的事情。

你作为一个弟子，哪些是上师喜欢的，哪些是上师不喜欢的，应该看得比较清楚。上师不喜欢的事情，你如果知道的话就不做，如果自己不知道，就问比较熟悉上师的人：“我们的上师对哪些方面生欢喜啊？他喜欢吃什么？他喜欢做什么？他不欢喜的事情是哪些？”应该了解之后再做。

“精勤令师生欢喜，”还要尽量精勤地做一些令上师欢喜的事。

比如说，这个上师对闻思修行欢喜，你就闻思修行；如果上师天天都背石头、提水，那你就天天跟他背石头、提水。但是我觉得一般来讲，如果上

师是成就者，让弟子做这样的事是可以的；如果上师不是成就者，你还是尽量要在佛法方面有一些修行，不然的话，你一旦离开了上师就什么都不会。

原来有些所谓的弟子，对某些上师是非常有信心的，但上师也没给他传法，他也没有求法，每天都做其他事情。后来好像因为缘分断了，当他离开的时候，自己也觉得："哇，我两手空空，那怎么办呢？"听说是这样的。

"永不违背师教言，"永远不要违背上师所讲的教言，尤其是大的教言，违背一些小的事情有时候可能也会有的。

"师之爱眷亦如师，"对上师的爱眷——施主也好、弟子也好，也是像上师那样来看待。

有些人对上师有意见的时候，先对他的眷属、弟子或者是他周围的亲戚下手，诽谤他们、说他们："上师倒是很好的，但是他身边的那个某某，他是……"他可能很想说上师，但是因为种种原因不敢直接说，就先从他周围的这些人开始下手。

以前我们的索顿管家经常用这个教证，这个教证他会背，他经常在僧众里面说："'师之爱眷亦如师'，你们应该懂得，对上师所有的眷属要……"下来之后，慈诚罗珠堪布我们两个就经常说："实际上你就是说别人要尊重你，因为你是'眷属'。"（众笑）

"不摄师眷为弟子，"另外，不能抢上师的弟子、眷属。

这种情况确实是有的。现在很多老板也是，原来在自己手下养了一辈子的人，当他稍微有点成功的时候，就去开自己的小企业，把原来企业的资源全部抢过去。

其实这种现象在很多地方也经常发生，有些人把上师的弟子、发心人员通过各种方法抢过来，其实这是不合理的，为什么呢？

“说法灌顶当请示。”这里也讲了，一般来讲，上师虽然不会有我执和我所执，但是在显现上对眷属也可能比较执著。如果你非要把上师的弟子和眷属当作自己的工作人员、发心人员的话，那你应该先请示：“你的这一帮眷属，我想给他们好好地灌个顶，你灌顶也不是很好的，我会灌顶；我想要给他们讲法，你可不可以让给我？”或者说：“我把你的这几个眷属……”这样的话，如果上师同意了是可以的。

我们这里可能没有这样的，但也很有可能啊。以后我们这里会有一些新的堪布、堪姆被以前老的堪布、堪姆培养出来，因为人一般都是一代一代地更换。在更换的过程当中，可能新的法师比较出名了，就把原来老法师的眷属全部拉过来、资源全部抢过来，你原来的老法师就一个眷属都没有了，他很伤心的：“我原来辛辛苦苦地培养他，现在他把我的弟子全部都拉走了，我现在连眷属都快没有了，人越来越少了。”这也是不太好的。

所以这里讲，应该让上师欢喜。续部里面说：“上师欢喜，诸佛欢喜。”如果令上师欢喜的

话，自己不管修什么，成就都是非常容易的。《时轮金刚》中讲："三时多劫中，供养诸三宝，放生百万众，即生不成佛，若于恩师前，起信令欢喜，即生定获得，共不共成就。"如果我们真正对恩师生起极大的信心，并令上师欢喜的话，其实即生当中就会获得成就。这是《时轮金刚》的不共教言，也是密法里面不共的特点。

我原来讲《六祖坛经》的时候也说了，在显宗其他的一些论典当中，成就可能需要很长时间的积累资粮，但是在禅宗、密宗的不共修行当中，即生或很快的时间当中就会获得成就——原来是一个具有一切束缚的凡夫人，但后来因为令上师欢喜、自己修行和具有信心的原因，很有可能在很短的时间当中获得极大的成就，有这个可能的，所以我们要尽量地让上师欢喜。

当然，《事师五十颂》里面也说，如果在依止上师的过程当中，虽然有些事情上师已经叮嘱了，但是你自己没有能力成办的话，就如理如法地跟上师请求："这件事情我实在是无能为力。"这样也没有过失[74]。如果上师要求你这么做，但是你觉得这样做一方面是不合理的，另一方面你确实也做不到，那你就可以在上师面前用很温和的语言这样讲。并不是说只要上师一吩咐，不管合理不合理，所有的事情都要去做。

说实话，有些上师摄受弟子也是有目的性的。

[74] 《事师五十颂》："大智慧者以喜心，听从上师之言教，合理之事若无力，禀师无能为力也。"

这样的上师，我觉得在依止过程当中，如果违背他的教言也不会有什么过失吧？因为刚开始他摄受你的时候，并不是用悲心来摄受的，很有可能想利用你，很有可能看到了你的某个资源，然后有目的性地给你灌个顶、传个法、做个皈依，说是：“噢，要不要我给你皈依一下？我看你的福分还不错的，我们好像有前世的因缘。”

现在上师当中也有些所谓的假上师或显现上的上师，不好说。他看到你以后就说：“哇，看起来我们前世好像是某种因缘。这样的话，我即生当中如果跟你结上了这个法缘，你的成就应该没有很大的问题。”跟你结上法缘之后，他就要求这个、要求那个，你做不到的时候，他就说：“啊，我已经成了你的金刚上师，你如果不做就违背誓言，你会下金刚地狱，我保证你会下金刚地狱。”有些是故意威胁，这可能是现在极少数非常不好的上师的一些行为吧。这种情况我想肯定是不合理的。

当然，有些弟子在行为上确实也非常可怕，他自己没有发现自己的过失，还要把所有的罪都推到上师身上，这样也不是很好。

不管怎么样，对上师的眷属应该像对上师那样看待，其实这个很重要的。上师周围的眷属不一定有上师那样的功德，我在依止上师的过程当中，也遇到过很多上师的眷属，有非常好的眷属，也有不好的眷属，但不管怎么样，我对他们跟对其他人的看法是完全不相同的。我会想：“毕竟他是上师的眷属，虽然他脾气不好，虽然他有些行为有点过

分，但我还是要认真地、尽量地观清净心。”

我依止上师可以说是从1984年开始，之前好像也不懂什么佛法，除了世间的老师以外也没有上师。从1984年到现在已经31年了，在这个过程当中应该还是尽心尽力的。

只要是上师，哪怕这个上师不出名，哪怕这个上师对我来讲也不是传授密法的很高的上师，但如果他与我结过法缘的话，我觉得佛法是不可思议的，他对我来讲就是恩德很大的，我应该尽心尽力地去依止，我不会用各种理由说："虽然你是我的上师，但是这一点我是做不到的。"很多人会这样说的。这种情况，在以前依止上师的过程当中，我是非常注意的，我希望自己以后也不要发生。

以上讲了第三个问题，第四个问题是讲，在上师面前身语意的威仪应该比较如法，不能太随便。

戊四、于师前断除身之恶行：

师前当护身语意，不应伸足跏趺坐，

亦莫背后向上师，嬉笑显露愁怒容。

"师前当护身语意，"在上师面前应该经常用正知正念来守护自己的身体、语言和心识。首先身体上面是什么样呢？

"不应伸足跏趺坐，"在上师面前不能伸脚，也不能跏趺坐。

当然跏趺坐的话，要分不同场合。按理来讲，以前很多人在上师面前都是双膝着地、恭敬合掌，

但平时在不同的场合中，在不成为不恭敬的情况下，也可以跏趺坐。

“亦莫背后向上师，”也不能背后对着上师，一直不想见他，显现一种非常不欢喜的表情——宁可死了也不要见到……

有些经论里面讲，如果经常故意不见上师的话，即使你往生到清净刹土，也只能听到声音，而见不到主尊。有些人是特意选择一些柱子的背后、一直见不到上师的地方，如果实在坐不下也没办法，但每次都是特意躲的话可能也不是很好，有些人是习惯性地一直非要躲。

“嬉笑显露愁怒容。”不能在上师面前有嬉笑等各种不如法的行为，当然有些人也可能在上师面前显得特别愁眉苦脸、发脾气、生气，一直这样。

总的来讲，在上师面前，整个身体的姿势和姿态要比较严肃、比较有敬畏心。一般一些具有威严的、行为也非常如法的上师，他自然而然有一种威慑力。

我原来也讲过吧，作为一个老师或上师，不能完全跟眷属打成一片，否则就没有威望，不能令人生起敬畏心；也不能太高高在上，好像始终他就是他，他的境界别人都没办法进入，这样的话，在摄受弟子的过程中可能也有一定的困难。

所以一般来讲，如果没有什么不恭敬、不欢喜，我觉得该笑就笑、该说就说，太假装的话也不是很好，人一般都是看得出来——本来想笑，他就

一直憋着不笑；本来很不高兴，但是表面上一直笑着。其实自然一点、放松一点比较适合现在人的心态，这倒也不会犯很多的戒律。有些人对一些小的行为特别在意，大的行为倒不在意，这样可能不太好。

下面是第五个科判，断除一切语言方面的过患。

戊五、断除一切语之过患：

切莫信口出胡言，言说妄语离间语，

他过不悦耳粗语，未经观察无关语。

“**切莫信口出胡言，**”在上师面前千万不要随意出口、胡言乱语，这样也不行的。

“**言说妄语离间语，**”在说话过程当中，有些人故意欺骗上师，说一些妄语。还有些人故意讲一些离间语，别人本来关系很好，他就特意说一些离间语。

“**他过不悦耳粗语，**”还有的人说一些别人的过失、不悦耳的粗语，比如骂人话等各种语言。在上师面前说这些是非常不合理的。

“**未经观察无关语。**”还有未经观察的无稽之谈，即所谓的绮语。

这些都是不合理的，因此出言的过程当中应该很谨慎，这也是非常重要的。

麦彭仁波切在《君规教言论》当中也说过，在末法时代，君主面前有各种各样的人，尤其是有一

些智慧浅薄的人，他把君主的过失看成功德，并向君主当面赞叹，这个时候，君主就会轻易信任，把他的话当成真的[75]。末法时代的时候，很多人的智慧是比较浅薄的，别人的行为本来是功德，他就看成过失；很多人根本没有犯罪，别人就开始说他、诽谤他，这样之后，他也会遭到君主的惩罚。

我希望，尤其是一些法师，还有佛教团体当中的一些负责人，对于别人的语言，你自己应该尽量去观察。有些人，包括我们这里的发心工作人员、教务处的有些道友，一个是年龄的原因，一个是社会经验不足、阅历不丰富，听到一面之词就马上决定："啊，某某要开除，某某要这样……"其实，这样听一面之词而抉择肯定是不合理的。虽然我们这里有些人确实是做得不好，但也应该方方面面去了解。

我经常想：我们上师如意宝，不说出世间的成就和功德，在世间法方面，他也有一种非常深邃的智慧，在处理问题和取舍方面特别特别懂。

所以，我们很多道友应该在处理问题方面不断学习。有些时候可能是自己智慧的原因，本来这件事情很小，而你在处理的过程当中就把它弄得特别大；本来这件事情特别大，但是你在处理的时候一句话就敷衍了，特别简单地处理掉了。这些方面需要有一种智慧。

---

[75] 《君规教言论》："于诸身处高位者，恶劣眷众常面赞，过失亦说为功德，是故难辨功与过。尤其具诤之浊世，眷属之中卑者多，过失亦视为功德，以自私心骗君主。"

因此作为一个君主、一个负责人或一个法师，你可能会听到各种各样的话。包括我也是这样的，别人有时候会在我面前赞叹他人："这个人是如何如何好。"然后我也会想一想："噢，他是这样赞叹的，但他的赞叹是真实的还是有目的的？"我也不一定马上就信。还有些人说："啊，这个人很坏，他是……"我还是要去观察一下："他这样说了，但到底是不是这样的？"

因为在我们这个时代当中，用语言稍微加工一下，某件事情的本质就完全变了。如果我对某个人的评价本来就很好，他身上所发生的事情用我的语言来表达的时候，我把语言稍微加工一下，那么我对他的赞叹马上就可以说出来；如果我对他本身就有一些看法，那么对于他所做的事情，我用语言稍微加工一下，对他的评价就又可以变了。

所以我们作为听者，在不了解第三方情况的时候，自己最好有一种智慧。麦彭仁波切在《君规教言论》当中，确实讲了很多非常甚深的语言。在末法时代，人们智慧浅薄、没有取舍能力，这时就应该注意，否则我们的一句话，尤其是一些领导人、负责人的一句话，可能会有很大的功德，也可能会有很大的过失，这个一定要注意。

所以在上师面前，不应该故意讲妄语、离间语、粗语等，但是该说的有些事情，在上师面前也应该好心好意地反映。有些人说："在上师面前什么都不能说，他老人家是遍知，应该知道。"但心里肯定没有"他是遍知"的信心，说"他是遍知"

的话，好像是“他很糊涂”的意思——“他可能什么都不知道。”“你不是遍知吗？你应该知道我心里想什么。”所以他是故意测试上师的智慧。

戊六、断除意之邪分别念：

不应贪图上师财，禁止损害其诸眷，

切莫口是心非观，上师各种之行为，

勿想彼为不合理，前后相违除邪见。

“不应贪图上师财，”这里说，对上师的财物不能贪执，比如一直想偷上师的财物，或者是用各种方式来享用它。

但是上师如果特意给的话，倒也应该没有什么。有些教言当中说，这是一种悉地，上师给的有些财物没有接受的话也毁坏缘起，也有这种历史。所以特殊给的话也没有什么。

但是，有些人把上师作为自己买卖的平台。现在这个时代当中也有各种情况，他表面上是宣扬上师，但实际上是自己有各种目的。

“禁止损害其诸眷，”这里也说了，禁止损害上师的眷属，包括上师的弟子、施主等，属于上师的这些人不能损害。

“切莫口是心非观，上师各种之行为，勿想彼为不合理，前后相违除邪见。”也不能口是心非，表面上赞叹“很好的”，反过身去就开始在背后说各种过失。

对于上师的各种行为，不要想是不合理的。像

我刚才讲的一样，因为上师要摄受很多很多不同的众生，所以在利益众生的过程当中，可能会有不同行为的显现。

《成智慧根本续》当中也说过："于师为利众，所现种种行，无量如海密，断除生邪见。"《大车疏》里面也引用了这个教证，意思就是说，上师为了利益众生，会有各种各样的形象、各种各样的行为，这些行为实际上是有不同密意的。在不同的人面前，他可能会显现不同的形象，因为他摄受的并不仅仅是一群人。

比如说上师是一个出家人，当他要摄受出家人的时候，就会显现一些出家僧团所需要的形象；如果他要摄受一些在家群体，那么在某些方面，比如涉及在家人的一些生活爱好的时候，在不违背三戒（别解脱戒、菩萨戒和密乘戒）的情况下，他的语言和行为会有各种各样的示现。

在这种情况下，我们不能认为，上师的各种行为，这个也不合理，那个也不合理；上师所说的话，这个也是矛盾的，那个也是矛盾的。当一个人生起极大邪见的时候，在他面前什么都显得不合理，这样恐怕对他自己也没有什么利益；应该对上师有极大的信心，才可以获得成就和加持。

"上师四身雪山上，敬信之日若未升，不降加持之水流，故当勤修敬信心。"哲贡炯巴仁波切专门有这样的一个教言，意思是，在上师四身的雪山上，如果我们没有生起恭敬的太阳，那加持的水流是不会降下来的，所以时时都应该对上师起恭敬

心。

以前我们考试的时候考这个，有一个人写：“上师爬雪山的时候太阳还没有升起来，加持的水还没有降下来，所以我们精勤地祝愿上师爬雪山成功！”（众笑）上师好辛苦哦，太阳还没有升起的时候就爬雪山。考试题里谁写的啊？有一个人是这样写的。《前行》里面有这个教证，你们到时候看一下。

第三十三课

思考题：

【知识类】

1、如果上师现忿怒相，作为弟子应如何思维、如何做？如果认为上师不公平，应如何对治这种恶念？

2、什么样的人属于恶知识？为什么要远离恶知识？

【修行类】

1、按《前行备忘录》所说，如何才能使上师的加持入心？米拉日巴尊者加持远方弟子的公案，对你祈祷上师方面有哪些启发？

2、什么是三喜供养？其中哪种供养最重要？请具体分析。阿底峡尊者三位弟子的公案，对你在平衡发心和修行的问题上有哪些启发？

【生活类】

1、依止上师时，应如何具足正知正念？如何辨别信心与贪心？

2、结合《入行论》和法王如意宝的教言，说明如何运用正知正念的窍诀对治生活中出现的烦恼？

下面讲《大圆满心性休息》，首先讲应该观察自己的过失、恒常恭敬上师。

戊七、观察己过恒敬上师：

倘若上师现忿怒，定观己过当忏戒，

顶上观师猛祈祷，令师生喜获成就[76]**。**

“倘若上师现忿怒，定观己过当忏戒，”一般看到上师现忿怒相、不高兴或者是不开心，你应该确定，这不是上师的过失，应该是自己的过失，是自己的罪业反射到了上师的形象上。

就像镜子里面出现的影像，如果你自己脸上有一些不妙之处，那么镜子里面显现的影像也是不好看的。同样，你自己的心不清净、行为不清净也会导致上师不开心、现忿怒相。

这应该值得忏悔。我们也经常讲，真正的善知识、诸佛菩萨的化现，在调化众生过程当中都有不同的行为，因为每个众生都是不相同的，所以他调化的方式方法也不相同。

龙猛菩萨在《大智度论》当中讲：“刚强难化用粗言，心柔易度用软言；虽有慈悲平等心，知时智慧用方便。”我再念一下，否则你们不一定记得住：“刚强难化用粗言”，对刚强难化的众生用粗暴的语言；“心柔易度用软言”，温柔的心容易度化，在这样的人面前上师会用柔软的语言；“虽有慈悲平等心”，上师虽然有慈悲和平等的心；“知时智慧用方便”，但他知道这个时间，会依靠智慧用一些方便法。也就是说，上师在刚强难化的众生面前用的是粗语，在柔心易度的人面前用的是软和的语言，虽然对所有的众生都有慈悲菩提心和平等之心，但是他会用善巧、智慧和方便的方法。

---

[76] 《大圆满心性休息大车疏》中“不知自己造罪业，彼相外现如影像”为注疏内容，并非《大圆满心性休息》颂词。

所以，如果上师现一些忿怒相，你应该知道，这实际上是他的一种方便方法。《上师心滴》里面有一个章节叫做《誓言次第解脱海》，其中讲到，如果你看到上师有一种偏心、不平等之心——对某个人好、对某个人不好，从而对他产生邪见的时候，这是魔王波旬开始作怪了，这个时候你要想："我已经着魔了，上师不会这样的，他应该有平等心。"这时，所有的罪业和邪见都会得以清净。

因此这里说，无论在任何时候，一定要想到：上师显现忿怒相实际上是依靠一种因缘，不可能是像南赡部洲和北俱卢洲的众生一样互不干涉、互不影响，而是像敲鼓的时候鼓和鼓槌互相起作用一样——你如果没有对上师产生邪见或者行为恶劣的话，上师也不可能有这样的行为。因此一定要想到，这是自己的过患。

同时，如果你觉得上师真的已经生气了、不高兴了，当面忏悔是很重要的。昨天有人讲考的时候也说得比较对：有机会的话，应该当面忏悔。如果上师已经圆寂了、不在了，在没有过时[77]的情况下，可以在他的相片等前忏悔。

- **未过夜前要忏悔**

[77] 《前行广释》："未过夜的罪业，称为违誓，也就是违背誓言，立即念百字明忏悔可以清净；未过一月的罪业，称为失誓，也就是失坏誓言，忏悔七次可以清净；未过一年的罪业，称为越誓，逾越了誓言，这种罪业很难忏悔，要用金银作会供、布施儿女以及一切财产等作忏悔，才可以恢复；过了一年但未过三年的罪业，称为毁誓，只有用自己的生命来忏悔，才能恢复；但如果超过了三年，则无法恢复。"

但一般按照藏传佛教很多传承上师的传统来讲，如果一个上师批评了任何一个弟子的话，弟子的忏悔时间最好是不要过夜。过了夜之后，可能上师和弟子之间的很多缘起……很多染污会产生的。所以一般来讲，没有过夜之前，自己要尽量地去忏悔。比如说你惹上师生气了、不高兴了，他显现正在气头的时候不要去忏悔，但是在没有过夜之前要忏悔，这一点我觉得很重要的。

我们现在有些佛教徒根本不懂，自己把上师惹得气死了也非常开心，从此之后还永远对他是一种敌对的态度，甚至在他面前经常“示现”各种各样的行为。这样的话，对上师不一定有非常大的危害，但是对个人的修道可能会有一些障碍。

我本人也是这样，在依止上师的过程当中，虽然没有像如来芽尊者、智悲光尊者、华智仁波切和托嘎如意宝那样，连让上师一刹那不高兴的事情都从来没有做过，确实有时候会令上师显得不高兴，但是自己也害怕过夜，所以在没有过夜之前会通过各种方式进行忏悔。这一点我觉得很重要的。

“顶上观师猛祈祷，”如果自己各方面不方便的话，要把上师观在头顶上，然后猛厉地祈祷：“喇嘛钦！喇嘛钦！”其实很多人经常这样祈祷，藏传佛教当中的“喇嘛钦”是“上师知”的意思。

米拉日巴的传记当中说，有一次，米拉日巴在讲经的时候偶尔沉默、偶尔微笑。他的弟子们问：“您今天为什么偶尔沉默、偶尔微笑？是不是因为您下面的有些弟子不高兴或者高兴？是这个原

因吗？”

他说：“并不是这样的，我的某个弟子在某个地方遇到了一些痛苦，他正在祈祷‘喇嘛钦’。因此，我就不得不加持他。”

所以，如果是真正的上师，当他知道某个弟子在不同的地方呼唤他、祈祷他或者是忆念他的时候，他也会以不定的方式来进行加持、垂念和赐予悉地。

“令师生喜获成就。”不管怎么样，我们尽心尽力让上师通过这种方式欢喜的话，就能成就一切悉地。

无垢光尊者的《大车疏》里面有一个忏悔酬补文，以前我讲《大车疏》的时候，要求大家把这个忏悔文写在笔记本上，经常念诵。后来我听说，我们这里的有些老佛教徒经常把它当作课诵。无垢光尊者也说了，最好是在白天晚上四座当中每座念七遍，这样能净除一切罪障，在所有的酬补当中，这是最殊胜、最重要的一个[78]。

我们以前学过《前行备忘录》，其中也说过，如果要让上师的加持融入自心，最主要的方法有几种：第一个，是把上师当作真正的佛陀来看；第二个，是把上师的事业当作佛的事业来看待；第三个，从上师对自己的法恩上来讲，认为上师已经超过了佛陀；第四个，了知上师实际上是三宝的总

[78] 《大圆满心性休息大车疏》：“如是在昼夜四座中每座祈祷七遍，依此可以清净所失毁的一切戒律，迅速获得共同殊胜成就。在所有忏罪酬补法中再无有比此更深的要诀了。”

集；第五个，时时刻刻都要观想上师、祈祷上师，比如说经常念上师的祈祷文或者上师的一些咒语[79]。后面还有一些具体的上师修法。

这样的话，上师的智慧就会融入自己的心，修行当中的很多违缘自然而然会得以遣除，顺缘也会自然而然成就。

下面讲，在依止上师的过程当中应该有恭敬的行为。

戊八、持一切恭敬行为：

见上师时起顶礼，坐时敷垫供资具，

合掌美语作赞颂，行时起立敬随行。

“见上师时起顶礼，”这里讲依止上师的一些基本行为。一般来讲，《毗奈耶经》是对所有的佛教行为确定得最清楚的一部经典，这个经典当中也说了，在很远或附近的地方见到上师时应该起来，这也很重要。

《前行》当中讲：有一个人在说法的时候，见到上师从很远的地方过来，但是他装着没有看到，后来他说了一个妄语，眼珠都掉下来了，有这种情况[80]。所以，一般见到上师要站起来。

---

79 《前行备忘录》：“要做到将上师视为佛陀，必须知道五点，第一、了知上师是佛；第二、了知上师的一切所作所为都是佛陀的事业；第三、了知对自身而言，上师比佛陀恩德更大；第四、了知大恩大德的上师是总集一切皈依处的总体；第五、了知认识到这些道理以后如果能虔诚祈祷，无需依赖他道之缘便可在自相续中生起证悟智慧。”

80 《前行引导文》：从前，一位大成就者的弟子摄受了众多眷属。一次，他正在传法时，他的上师以乞丐的形象来到他面前。他不好意思在大庭广众之中顶礼自己的上师，便装作没看到。下午传法结束后，他立

但现在有些地方的人，见到上师就马上坐下来、跪着，其实这也是不合理的，见到上师应该起来。

顶礼的话，我觉得在有些地方是不合适的。比如说，在上师路过的时候，你马上在路上"啪——"地磕长头，世人看来并不是很庄严，我们一般都不提倡这样做。比如说在有红绿灯的十字路口，人流正在穿梭，你突然见到了上师，就在公路上磕长头顶礼的话，很多人不一定能理解，所以不能这样。

现在我们学院里面，女众这边恭敬得有点太过分了，男众这边有时候傲慢得也有点过分，这两个一定要平衡一下。女众的话，见到上师稍微打个招呼，这样可能好一点。不然的话，见到上师好像见到老虎一样的，转头就跑，这样很危险的，有时候路上有些坑，往后退的话，最后……各方面也不太方便，这是有很多"公案"的。

"坐时敷垫供资具，合掌美语作赞颂，"不管上师在哪里坐，都要为他铺一些垫子，并供养资具。还要经常合掌来赞叹："哇，您长得很好看啊！您说的话对人心特别特别有意义！别人说您与真正的诸佛菩萨无二无别——文殊菩萨、观音菩萨、普贤菩萨、大势至菩萨，还有虚空藏菩萨，还有那个那个……可能是那个什么菩萨，我忘了，八大菩萨里

即去拜见上师，恭敬顶礼。上师问："刚才为什么不顶礼？"他妄言回答说："我没有看见上师。"话刚出口，他的两颗眼珠顿时落地。后来他请求上师宽恕，并说了实话。蒙受上师加持后，他的眼睛才得以恢复。

面的另外一个菩萨！”加很多语言来赞叹，有些是真的，有些可能是假的，尤其是当面赞叹。

麦彭仁波切在《君规教言论》里面讲，一般末法时代的人特别爱当面吹捧，到了背后就不是这样了。原来我的一个亲戚跟一个老乡接触的时候，互相都赞美得不得了：“噢，你特别好……”但对方离开了以后，就马上开始说：“他这个人很坏的……”我们现在有些人也会像这样当面赞叹的。

“行时起立敬随行。”上师行走的时候，弟子也要站起来；如果有必要的话，可以随着而送行。

因为《现观庄严论》的注疏里面讲，对上师的迎接、恭送是成就相好的一种因，功德也非常大[81]。但是上师如果不喜欢接送的话也不要勉强吧，他如果不喜欢很多人来来去去，喜欢低调，可能就更没有必要了，这个也是比较重要的。

以前上师如意宝也经常讲迎送上师的功德。但是最重要的是什么呢？在传法时，一些辅导员、法师来经堂的时候，大家应该恭敬，应该都站起来，法师坐下之后大家再坐下来。这是对佛法的一种恭敬，是非常重要的，我们学院也是一直这样执行的。

以前在印度的个别佛学院里，上师坐下之后，大家都共同向他顶礼。但是我们觉得，如果这位上师是成就者，他可以接受大家的顶礼；如果他不是成就者，很多人对他进行顶礼的话，就成了《前

---

81 《现观庄严论释》：“若迎送上师等，则将具足手轮足轮相。”

行》中讲的四大重罪之一[82]，所以也是难以接受的。因此我觉得，法师和大家一起顶礼殊胜的对境比较殊胜，是很好的。

以上讲了依止上师时的一些基本行为。

戊九、修持正知正念不放逸：

与师相处时恒具，正知正念不放逸，

当以敬畏心而住，犹如新媳之姿态，

师前三门极寂静，放荡不羁不应理，

不求名利无偏袒，无有谄诳不狡诈，

表里如一不虚伪，一视同仁无贪嗔。

“与师相处时恒具，正知正念不放逸，”跟上师相处的时候应该有正知正念、不放逸，我们前面也讲了。

“当以敬畏心而住，犹如新媳之姿态，师前三门极寂静，”在这个过程当中，要以一种敬畏心而住——也有恭敬、也有畏惧，如同新媳妇儿一样。

此外还有新比丘的比喻。刚刚受戒的新比丘是非常注意的。我们这里也经常看得到，有些人在刚刚出家的两三天，跟别人话都不说，走路的时候也特别特别注意。原来法王如意宝正在讲《心性休息》的时候，我旁边有一个堪布，他刚好前一天受了比丘戒，当时我就故意说他：“这个指的就是你。”因为讲义里面提到了“新比丘”。

[82] 四重罪：1. 居智者之首位；2. 享用密咒师的财产；3. 居比丘顶礼之前；4. 享用修行人的食物。

去年我做了一个梦，好像梦见在法王那里得《大圆满心性休息》的传承，梦中浮现的场面，我当时觉得很好，就在日记本上写下来了，现在整个过程都忘了。但我的日记本也比较多，所以刚才没有找到当时记的那个梦。本来有必要的话，现在已经过了好几年了，给你们讲一下也是可以的，但是没有找到，也讲不了，已经忘完了。

这里讲，新媳妇刚刚到丈夫家里的时候，害怕他们说她，有很多方面的担心，所以就非常注意。在上师面前也应该这样——这里有些人也当过新媳妇，这样的人有经验的，是怎么样的你们应该自己想一想、回忆一下。

“放荡不羁不应理，不求名利无偏袒，无有谄诳不狡诈，表里如一不虚伪，一视同仁无贪嗔。”不能放荡，也不能求名利，不要有偏袒之心，不能有这几种极端的心。对别人也好，对很多方面不要有偏心，不要有一些狡诈、谄诳和虚伪。对道友也好、对上师周围的人也好，对所有的人都一视同仁。也不能对上师和周围的人过于生贪心和嗔恨心。

过于生贪心和嗔心的话，实际上也会给自己带来非常多的麻烦。有些人好像为了保护上师，为了弘扬上师的教法，经常用嗔恨心来对待别人。其实嗔恨心非常严重的话，很有可能对上师的事业造成很大的损害。大家都会觉得：“啊，上师培养出来的人就是像他一样啊！哇，那都没有希望了，我最好不要学了，不然以后像他那么可怕的话，也没有什么可学的。”

- 依止上师时应具正知正念

作为一个修行人，对上师也不能过于贪爱，因为过分的贪心实际上会给自己的修行和别人都带来许多违缘、痛苦。

好像前几年，《南方人物周刊》采访宗萨仁波切的时候，他也说：作为一个上师仁波切，弘扬佛法和感情相比，应该把弘扬佛法和利益众生放在第一位。所以他建议所有的女众不要给一些上师做女朋友，不然会非常痛苦的，除非是非常开明的人，否则对自他都是不利的。他好像讲了很多，也许是他自身的一些经历。

作为一个上师，如果是在家人的话，可能在家人的生活本来比较开放，会有很多的情况。但作为一个出家人，不管是弟子还是上师，都有戒律的约束，在这种情况下更要谨慎。这样对将来弘扬佛法、修持佛法都有很大的帮助。不然，如果落入世间感情的网当中，师徒之间的关系也不一定会长期存在。因为很多世间的感情会带来一些痛苦，互相都有一些约束和条件，这样之后都不合理的。

总而言之，在依止上师的过程当中，经常有一种正知正念是很重要的。寂天菩萨也说过："合掌诚劝请，欲护自心者，致力恒守护，正念与正知。"对于凡是想要保护自己心的人，寂天菩萨都恭恭敬敬地合十祈求他们，时时刻刻都要用正知正念来守护自心：我是什么样的人？我是佛教徒、我是出家人、我是一个居士——如果是世间人，可能会有疯疯癫癫的情况，但是我作为一个舍弃了很多

事情、要修持佛法的人，行为应该尽量清净。

尤其是一些出家人或者是居士，守持戒律确实是非常重要的。自己有一种约束的话，自然而然心理很健康；心理很健康的话，弘扬佛法也好、修持正法也好，很多事情都会非常顺利的；如果心理不健康，整天都是想着这些，处于一种烦恼、痛苦、斗争等非常复杂的关系当中……

我们有时候也看得到，世间上很多的矛盾、痛苦都来自于自我的贪心、对他人的嗔恨心，是以这样的烦恼而产生的。《入菩萨行论》的教言在《大车疏》里面引用得比较多：在言行举止上要“如树应安住”，当你产生贪心的时候“如树应安住”，当你产生嫉妒心的时候“如树应安住”，当你产生一些不好的心态时“如树应安住”……

原来上师如意宝也讲过，不管是依止上师还是在修学过程当中，我们凡夫人有时可能会产生各种各样的烦恼。但是这种烦恼要尽量地忍住，忍住的话，到一定的时候就像过眼云烟一样，很多事情可能都烟消云散了。这样的话，有福报的人终身的戒律也会清净的，修行也会成功的。

所以，尤其是在一些僧团当中，大家在刚开始的时候，就一定要用正知正念来守护自己的心，无论在上师面前还是在其他道友面前，这是非常重要的。没有正知正念的人可能会经常破戒、破行为、破誓言，最后他自己也非常狼狈。因此，我们应该尽量地去守持这样的正法。

下面讲第十个科判，要三门恭敬上师，即供养上师。

戊十、以三喜恭敬承侍上师：

自己有财供上师，身语恭敬而承侍，

舍弃今生修正法，三门当令师欢喜。

“自己有财供上师，”如果自己有财富的话，应该尽量地供养上师，这是令上师欢喜的一种方法。

“身语恭敬而承侍，”第二种方法是以自己的身体、语言来恭敬承侍上师。比如说，身体上给上师做一些事情；语言上，需要打电话也好，需要调解一些事情也好，帮上师说话也好，等等。这是语言和身体上的恭敬承侍。

“舍弃今生修正法，”第三个是舍弃今生、修持正法。

“三门当令师欢喜。”通过身口意这三种方式令上师欢喜。

前面中等的供养方法是身体和语言的供养。第三个，舍弃今生是心里的修法——内心当中完全抛弃今世、为来世而修行，这就是让上师欢喜的方法。

通常我们说，最上等的供养是修行供养，但是现在很多上师喜欢的可能是财物供养。我们也经常看得到，很多上师们以大悲心和大智慧来摄受弟子的话，对财物供养的人摄受得也很多，这可能也是显现上的。

但财物供养的话，以前上师如意宝也讲过，作为一个凡夫弟子，不管怎么样，对财物不执著的几乎都是不会有的；但如果他把自己最执著的财物拿去供养的话，也说明对上师有一种恭敬和欢喜。虽然经论当中说，最上等的供养是修行供养，但在有些时候，对上师的弘法利生等方面做帮助也是非常有必要的。

贡巴瓦说过，以前阿底峡尊者的弟子当中有一个叫做阿木香却仁青，他经常为上师阿底峡尊者做承侍，仲敦巴经常为上师做翻译（因为阿底峡尊者来藏地的时候，仲敦巴的藏语和印度语说得不错，所以他当翻译还比较不错的）。但是他们两个修行比较少，因为阿木经常给上师做一些身体和语言的事情，仲敦巴天天帮上师翻译。而贡巴瓦他自己天天以修行为主——修止观，寂止和胜观为主的修行。但到最后他发现，他们两个的成就远远超过自己，因为他们是很真诚地为上师做身体等方面的承侍，付出得非常多。贡巴瓦本来认为自己做法供养是最好的，但结果他们的成就远远超过自己。

但是一般来讲，法供养是最殊胜的。《华严经》当中也说："诸供养中，法供养最。"智悲光尊者在《功德藏》里面也讲了："有财供上师，身语敬承侍，一切时不毁，三喜修最胜。"有财富要供养上师，身体和语言应该承侍上师，一切时间当中这三种供养都不会失坏的，是非常有功德的。但是这三种供养当中，修行供养是最殊胜的。《前

行》当中引用的教证是每句七个字[83]，也这样讲过。

总的来讲，在承侍上师的过程当中，法供养、财供养、承侍供养就是所谓的三大供养。法王如意宝在《忠言心之明点》当中也说，用三喜来依止上师能如愿以偿[84]。

以上是依止上师的方法，下面讲到，要以方便方法遣除他人对上师的诽谤。

戊十一、以方便遣除他人之诽谤：

有人诽谤上师的时候，你应该想办法通过各种方式来制止。

他人谤师制止之，若无能力则思德，

覆耳悲心行饶益，莫依止彼勿交谈。

“他人谤师制止之，”自古以来，上师周围的人看到上师的弟子多了、名气大了，或者是各方面的事业非常兴旺发达的时候，很可能会有意无意地去诽谤。

那看到或听到别人在诽谤上师的时候该怎么办？是置之不理呢，还是尽心尽力地去制止？应该先尽量地去制止，通过一种方便方法，通过比较婉转的语言来制止，并不是像有些人那样马上跟他吵架、打架。“你如果诽谤我的上师，那我不客气！你厉害的话就过来吧，如果你有本事……”，“你真是……我的上师哪有……”，就开始跟他打架，

---

83 《前行引导文》：如《功德藏》中说：“若有财物供上师，身语恭敬承侍事，何时一切亦不毁，三喜之中修最胜。”

84 《忠言心之明点》：“三喜依彼所愿成。”

这样没有必要的。

“若无能力则思德，覆耳悲心行饶益，莫依止彼勿交谈。”应该是尽量地去制止，如果实在无能为力的话，那你也没有必要跟着他去。有些人说着说着，最后也可能会跟着去的。原来你对上师信心很大，后来别人一而再、再而三地诽谤，你刚开始会怀疑，最后就信以为真：“噢，真的是这样啊！”

原来我不是讲了，前一段时间我发微博，转发率也比较高……不说了，时间不多了（众笑）。好像我有点着急的时候，思路理得不是很清，就像这个电脑，有时候触摸好几次之后就死机了，好长时间反应不过来。我有时候也是，想讲这个、讲那个，就都不行了。

这里说，如果无能为力的话，就尽量思维上师的功德，然后用手捂着自己的耳朵：“你不要给我说，我不想听，我不想听，我现在用一块棉花塞在耳朵里面，我不听了。”然后自己就不听了，内心当中以悲心来想：“啊，我的上师是那么好，他这个人不但不起信心、不去供养，反而还要去诽谤，那真的是业力太重、太可怜了！他跟地狱众生没有任何差别。”

从此之后尽量不要跟他一起住，不要跟他交往。因为如果你一直跟他交往的话，很可能会依靠他的影响，慢慢自己也堕入恶道当中，这是非常有可能的。我们凡夫人确实是非常容易受别人和环境的影响。

《大宝积经》当中有一句话：“远离善知识，

常亲近恶友，随彼教诲转，数堕诸恶处。”有些人远离善知识，经常依靠一些恶友，这种人会随着别人的教诲、恶言和胡言乱语而辗转，最后自己在数劫当中堕入地狱、饿鬼、旁生三恶道当中。或者说，在活着的时候，他也很可能成为一种有很大邪知邪见的人。

《大宝积经》里面讲的这个很重要。远离善知识、亲近恶友的这种人，刚开始是不会随着恶知识的教诲转的，但到最后，有很多人就随着他的教诲而转了。有些爱诽谤上师的人，你跟他待两三天，或者是出去一次，那回来的时候态度就完全不同了——原来在发心等各方面都很有热情，但从此之后就有变化了。这是我们在平时的生活当中有目共睹的，所以我们也要尽量地注意。

有些人依止恶知识对今生也有影响。《杂宝藏经》当中也讲过，当时有些比丘问释迦牟尼佛：“依止提婆达多的人，他们今生当中心里也特别不开心，经常产生痛苦；而依止您的这些人，心里很开心、很快乐，这是什么原因？”

佛陀说：“不仅仅今生是这样，其实前世依靠提婆达多的很多众生也受过痛苦。他曾当过一个猴王，当时我也是一个猴王，我们各有五百个猴子眷属。有一位王子准备到森林当中打猎，要杀这些猴子。我就劝另一个猴王：‘我们应该渡过江河到别的地方去。’但是提婆达多前世的猕猴王不肯走，他要待在那里，我就把我的猴群带到河对岸去了。

最后猎人把留下的猴子全部都杀害了。”[85]所以说，依靠恶友的话，这么多众生也是会丧命的。

现在世间当中也确实是这样的，如果依靠一个黑社会的人……我不敢说，不然他们会不会害我？那一群人也是很厉害的。这里没有吧？（众笑）依靠一个善知识的话，无数的人也会得到帮助，今生和来世都获得快乐。

我认识的一些企业老板、学校校长，甚至有些领导，他们一个人的力量的的确确是非常不可思议的。如果这个人特别好的话，那下面的人今生来世都是处于一种快乐当中，因为这个人作为一个君主，他会想尽一切办法解决这些人的吃穿，还给予心灵的安抚等很多方面的快乐；如果这个人特别坏的话，那跟着他的人全都会受到一定的影响。所以，恶知识和善知识还是差别非常大的。

总之，我们在生活当中如果遇到别人诽谤上师的情况，应该尽量地制止；实在不能制止的话，你自己要尽量避开，不要跟这些人一起住、一起吃，

[85] 《杂宝藏经》：（一二）善恶猕猴缘 佛在王舍城。诸比丘白佛言：“世尊！依止提婆达多，常得苦恼，依止如来世尊者，现得安乐，后生善处，得解脱道。”佛告比丘言：“非但今日，乃往过去时，有二猕猴，各有五百眷属。值迦尸王子游猎，围将欲至。一善猕猴语一恶猕猴言：‘我等今渡此河，可得免难。’恶猕猴言：‘我不能渡。’善猕猴语诸猕猴言：‘毗多罗树枝杆极长。’即挽树枝，渡五百眷属。恶猕猴眷属，以不渡故，即为王子之所获得。尔时善猕猴者，我身是也。尔时恶猕猴者，提婆达多是。所将眷属，尔时苦恼，今依止者，亦复如是。尔时依止我者，长夜受乐，现得名称供养，将来得人天解脱。尔时依止提婆达多者，长夜受衰苦，现身得恶名称，人不供养，将来堕三恶道。是故诸比丘，应当远离恶知识，亲近善知识。善知识者，长夜与人安隐快乐。以是之故，应当亲近善知识。恶知识应当远离，所以者何？恶知识者，能烧燋然，今世后世，众苦集聚。”

不要跟他们交往，否则你很有可能会跟这些人慢慢融入一体、同流合污。刚开始你可能发现不了，但慢慢地，你可能会被他们转化、同化，有这个可能的。所以在这方面，很多人在依止上师过程当中的确值得注意。

尤其是我们身边有一些有邪知邪见的人，对自己的善知识和教法有成见的人，如果经常跟他们在一起的话，最后你自己也不知不觉受到很大的影响，就像温水里面煮青蛙，最后一看："哇，已经死了！"这样的情况会发生的，对吧？

戊十二、如是而行之功德：

以此生世成利益，值遇正士闻正法，

地道等持陀罗尼，种种功德皆圆满，

摆设寂乐之喜宴，款待一切诸众生。

"以此生世成利益，值遇正士闻正法，"如果我们按照上面所讲的那样去依止善知识，那生生世世当中会得到无量的利益。哪些方面的利益呢？比如说，生生世世遇到善知识、善友。其实我们有福报的话，即生当中能以很好地依止善知识来度过的话，那此后乃至很多世也会有这样的延续和缘起，也会生生世世闻到大乘正法。

"地道等持陀罗尼，种种功德皆圆满，"自己的五道十地、陀罗尼等种种功德也会逐渐圆满。

"摆设寂乐之喜宴，款待一切诸众生。"就像一个人特别有钱的时候，可以拿出钱给很多人请客一

样——请素餐、火锅、星巴克咖啡等，如果自己已经得到许多无漏的功德，那你就可以以“寂乐”（究竟寂灭和暂时安乐）的喜宴来款待所有的众生。

意思就是说，我们通过完善自身，很多地道功德圆满的时候，就可以用佛法的境界和内心的精神美食帮助很多人。那个时候，并不像我们出几块钱请个客，完了以后就没有了。如果是真正的一些精神上的宴请，那可能因为你转一次法轮或者你一世的利生事业，无量众生生生世世都会获得快乐。

所以，请客有世间的请客和出世间的请客两种。世间的请客是把客人带到餐厅里面去，通过杀生等各种方式来请他们吃得好好的，吃完了以后，造的业也很不错的了。但是出世间的一些宴请，是通过真正的正法来召集很多有缘的众生，给他们做法布施，然后他们生生世世当中会得到无穷的利益。这也是依靠依止善知识而得到的，如果从来没有依止过善知识，那你不可能得到这些功德，也不可能有这样的能力。

甲四（远离恶友等）分六：一、弃离恶知识之教言；二、弃离造罪之亲友；三、弃离恶知识恶友之利益；四、彼等之摄义；五、依止善知识善友之教言；六、如理依止之功德。

乙一、弃离恶知识之教言：

前面是依止善知识的一些内容，下面讲远离恶友、恶知识，有六个科判，其中第一个是“弃离恶知识之教言”。

（上师读本颂的藏文传承……）哇，这部论确实很好啊！以后有没有机会再次讲呢？我想人生很短暂，不一定有的。但是我特别希望这次听受的道友们，以后把它当作自己一生当中最珍贵的修行指南来对待。

下面讲，我们修行过程当中一定要远离恶知识，远离什么样的恶知识呢？这里讲：

诸恶知识皆应舍，不具前述之功德，

破戒誓言过失多，慧浅寡闻无慈悲，

懈怠愚昧我慢高，暴躁粗野烦恼重，

贪图今生弃后世，传法亦同旁生种，

如不净堆之上师，所化蛆眷多亦弃，

引信士入歧恶道，欲解脱者永莫依。

“诸恶知识皆应舍，”“恶知识”就是不好的上师、坏上师、恶上师，“善知识”是好上师、好老师的意思。我们在修行过程当中一定要远离不好的上师，什么样不好的上师呢？

“不具前述之功德，破戒誓言过失多，”就是与我们前面所讲的善知识功德相反，或者说不具足那些功德的人。在戒律方面，不管是出家还是在家形象，别解脱戒、菩萨戒和密乘戒，根本受都没有受；也许受了，但也已经破了，一点根都没有。这样破戒、破誓言的，过失非常非常多的人，连自己三门基本的约束和行为底线都没有，特别放荡不羁。

“慧浅寡闻无慈悲，懈怠愚昧我慢高，”智慧也非常浅薄，不是广闻博学的，而是什么都不会，不要说出世间方面，连世间基本的人格都没有。

然后是“寡闻”，对于显密经论等都孤陋寡闻。没有慈悲心，非常懈怠，又愚昧，也特别贡高傲慢。

“暴躁粗野烦恼重，”暴躁易怒，无缘无故地一会儿就生气，一会儿就批评别人，特别容易生气。还特别粗暴、野蛮，烦恼也很重。

“贪图今生弃后世，”整天都是贪著今世、舍弃后世——天天想着自己的名声、自己的财富、自己的种种，对来世的成就和修行抛之脑后，根本不会想的。

“传法亦同旁生种，”他表面上好像是讲一些佛法，比如给你灌顶、传法、引导等，但实际上，因为他自己内心当中根本没有大乘佛教修行的境界，所以说话与行为都背道而驰。这种人就相当于旁生一样，跟世间的牛、马等一模一样——有些上师又笨、行为又不如法。

确实在现在这个世间当中，我们用这些来衡量自己的时候会感觉到，这些到底是在说自己还是在说别人，是非常难以分析的。

“如不净堆之上师，所化蛆眷多亦弃，引信士入歧恶道，欲解脱者永莫依。”这些人会操作，有各种各样的方式，但实际上没有什么值得接受的，里里外外都特别肮脏，就像不净粪一样。不净粪那样的上师，

这里无垢光尊者说得还是很厉害的。

因为他会搞各种各样的世间法，所以他的眷属、围绕他的随从者也许是非常非常多的，就像一堆不净粪，它的里面全是白色的蛆虫。同样，一个不净粪一样的上师，像蛆虫般的眷属也是非常多的，可是这些信徒全部都是被引入邪道。所以，想获得解脱者千万不要去依止这样的上师。

我们前面已经讲得非常清楚，首先应该很好地去观察。《佛藏经》当中也说过：一个世间的敌人可能仅仅会夺取我们今生的生命，而不会让我们堕入恶趣当中；如果我们遇到了一个非常有邪见的愚痴者，他会让我们堕入地狱当中，在千劫万劫中感受无量无边的痛苦[86]。所以，遇到这种邪知识对我们的危害是非常大的。

现在有些人经常说："啊，这个上师特别特别坏，我没有想到他原来是这样的，我所有的财产都被他通过各种方式抢光了。"其实，不仅是你今生当中辛辛苦苦积累的所有财产都被他抢光了，更重要的是，可能你的信心、智慧、禅定等圣者七财[87]，这种无漏的财富也都已经被他抢光了，乃至生生世世你都会感受无量的痛苦。

所以在这里，无垢光尊者以一种非常明确的比喻，即旁生和不净粪的比喻，说明了恶知识的特

[86] 《大圆满心性休息大车疏》：《佛藏经》中云："世间之敌仅仅掠夺生命，只是令己舍弃身体而已，不能令堕恶趣。而入邪道之愚痴者将寻求善妙者引入地狱千劫。何以故？因其行持有实有相之法，宣说颠倒之法故。如此宣说令入邪道之法，则较断一切众生之命罪还重。"

[87] 圣者七财：信心、持戒、多闻、布施、知惭、有愧、智慧。

点。所谓的“名师”和“明师”还是有一定差别的——有些上师虽然有名气，但是不一定明白佛教，不一定如理如法地去修行，不一定有大慈大悲心。

《法集要颂经》当中也讲了：“亲近恶知识，罪垢日夜增，如猪身不净，自污兼污他。”亲近恶知识的人，他的罪垢日日夜夜都会增长；这种人就像猪一样，整个身体都是不清净的，他自己也会受染污，他人也会被染污。也就是说，这种恶知识跟猪圈里的猪没有什么差别，因为他接触的人都会被弄脏、玷污的。

所以，在我们这个世间当中，确实是需要以智慧来观察。因为眷属多的不一定是善知识，财富多的也不一定，名声大的也不一定，特别相好庄严的也不一定。现在很多人说：“这个上师很有钱，所以他应该是很了不起的，不然的话，他不可能有那么多钱。”那不一定的，旁生当中，龙王里面的一些恶龙也有很多财富。“啊，这个上师很庄严，我看到都生起信心，特别特别好！”“这个上师好慈悲哦，我一看到他就自然而然被吸住了，所以我要永远依止他，生生世世不离师……”有些人可能太着急了吧，太激动了。

在依止善知识方面一定要注意，因为我们是希求解脱者，真正需要的是解脱，那这位上师能不能赐给我们这个解脱呢？如果能，我们就尽量地去依止；如果不能，我们去依止的确也有一定的困难。

《月灯三昧经》当中也讲：“若有欲得寂灭

定，趣向无上菩提者，慎勿习近恶知识，恒常亲近于善人。”如果你真正想获得寂灭的禅定，真正想趣向无上的菩提，那么一定要注意：不要依止恶知识，一定要亲近于善人！我很喜欢这个教证。

我们在座的人，不要因为你是“相貌主义者”或者是“外貌协会”的，就去依止恶知识。“哇！这个上师很庄严啊！”“这个上师穿的衣服很好看啊！”“这个上师名气很大啊，他有很多很多粉丝！”粉丝有多少也没有什么，很多明星、歌星，粉丝倒是特别特别多，但是他能不能给你解脱，会不会真正遣除你内心的困惑？如果不能的话，也是有一定的差别。

所以要远离这样的恶知识——“欲解脱者永莫依”。像上面所讲到的恶知识、坏上师，想解脱的人不要去依止；如果你不想解脱，想要达到其他一些目的的话，你就可以依止。我们佛教徒依止上师，是不是真的只要好看就可以了，只要上师口头上说“慈悲”就可以了？或者，他能满足你其他一些目标的话，你需要依止也可以依止。所以我觉得这句话很重要，我们很多修行人应该是想解脱者吧——欲求解脱者莫依止。

第三十四课

思考题：

【知识类】

1、如果你看到善知识有一些凡夫的行为，是否还要视其为佛？请说明理由。

2、恶友有哪些过患？弃离恶友恶知识有哪些利益？如理依止善知识有哪些功德？

【修行类】

1、请说明本论中上师瑜伽的修法、念诵法和修事业的方法。

【生活类】

1、环境对人的影响大吗？请说明理由。结合自己的经历，谈谈闻思修的环境对你有哪些影响？以后打算如何做？

2、学习本课后，对于抑郁症等心理疾病，你认为可以采用哪些方法避免和治疗？

下面我们继续讲《大圆满心性休息》，现在讲第五品依止善知识，前面讲了善知识的法相、恶知识的法相、恶友的法相、善友的法相。

在这里也特别告诉大家，以后依止善知识的时候没有必要问别人。现在很多人问："我想依止一位善知识，但是善知识在哪里？您给我指点一下谁是善知识。"其实一方面，如果你实在不了解，让有经验的人给你说一下当然也可以；但最重要的是，因为你要求法，你自己应该可以做选择，在选择的过程当中，你就可以发现对方具不具足这些条

件。

就像现在世间人成家，他们会有一些要求，比如有房子、有车，文化水平什么样、长相什么样……世间人对自己一辈子的家属都安立了一些法相、条件，那对于乃至生生世世要依止的善知识，你更要好好寻找，寻找的时候，也要按照前辈大德们所讲的那样去做。

这里并没有说“他的前世是什么，他的长相怎么样，他的体重多少斤、身高多少”，并没有这么讲，这里讲的主要是什么呢？他的戒律要清净，要具有大慈大悲心，精通显宗、密宗等，任何人具足我们前面讲到的这些法相，你都可以依止；如果不具足，即使他名气再大、财富再多、长相再庄严……不管怎么样，依止他都不合理。

所以我也希望，很多人这次学习依止善知识的方法之后，一是自己应该懂得如何依止善知识，二是你们身边的有些人还要寻找善知识，他们不懂的话，你们应该给他们讲清楚，这是大家的一个责任。我们说的话他们不一定听得进去，“噢，这些出家人说了……”，但是，你们作为他们身边的人，对他们讲依止善知识的道理是非常有必要的。

这一品关于要舍弃的恶知识是什么样的、应该依止的善知识是什么样的，都讲得比较清楚，今天我们接着讲。上一节课讲了远离恶知识——上师当中有些坏上师、恶知识要远离，还有道友当中的恶友也要舍弃和远离。

乙二、弃离造罪之亲友：

亦当弃离罪恶友，愈亲近彼愈增罪，

灭善降下烦恼雨，阻塞善道恶趣梯，

诽谤正士嗔白法，赞叹劣者依黑法，

赞扬同行不善者，恒时将其引入于，

邪道恶趣中之故，具慧眼者当远离。

“亦当弃离罪恶友，愈亲近彼愈增罪，”我们不但要舍弃恶知识，也应该舍弃恶友。所谓的恶友是什么样呢？恶友是越亲近越使你增长一切贪嗔痴罪障的人。增长什么样的罪障呢？

“灭善降下烦恼雨，”原有的闻思修行、慈悲菩提心的善业将慢慢毁灭，并且不断降下贪嗔痴、嫉妒、傲慢等根本烦恼和随烦恼的各种烦恼雨。

“阻塞善道恶趣梯，”这样的恶知识阻塞了人天的善道，他们是让我们前往恶趣的梯子——本来我们是不会下去的，但是他给我们设置了一个梯子的话，沿着它我们就会堕入地狱、饿鬼、旁生当中。

“诽谤正士嗔白法，”而且这些恶知识有个什么特点呢？他经常诽谤具有慈悲菩提心的正士、高僧大德和善友，而且他特别讨厌白法，特别不愿意去增上、接受善法。

“赞叹劣者依黑法，赞扬同行不善者，”他还经常赞叹一些恶友、恶法。其实所谓的恶知识、恶友，我们都可以看得出来。跟这些人接触几天会发现，他口口声声说的是高僧大德的过失，而赞叹的是什么

呢？就是跟他自己同流合污的这些人——经常“赞扬同行不善者”。

“恒时将其引入于，邪道恶趣中之故，具慧眼者当远离。”这样以后，他会恒时将具有善根者引向邪知邪见的邪道中，或者让他不断造恶业而堕入恶趣之中。所以，具有取舍智慧眼目的人一定要远离这些恶友。

当然，有些人的慧眼已经被其他人、其他障碍遮住了，有善根的人怎么样说，他也不一定听。有些时候，真正被恶友引导之后，别人怎么讲也是没有办法的。

可能你们也看过吧，我记得印光大师在《文钞》当中就讲了一些所谓的恶友：成都有一个女的，有些人把她当作圣人，但是她的所作所为都不如法，接触她的人在行持善法方面就没办法增上；还有，重庆有一个喇嘛，他认为只要修七天就能往生极乐世界，而且他能保证这一点，所以他的弟子都不愿意修持善法[88]。

其实当时还有很多类似的情况，不管是在藏传佛教还是汉传佛教当中，有很多人不好好地开导别人，而且他们有一定的“能力”、有一种“魔法”。

《大集经》当中讲：“若近恶友，则行魔业堕

[88] 《印光法师文钞续编（上）》：“成都有刘某，妄以一女人为证果，唯此女人之言是听。凡有驳者，即绝交不与通函。重庆一喇嘛，谓依彼之法，七日即可往生。一往生即成佛，并不须再行修习。此种知识，当敬而远之，勿一亲近，庶不至未得彼之益，先受彼之损。否则，得损处可保稳当，得益处恐怕在驴年。若明年便属驴年，则亦可为大幸，恐明年不是，则或至绝望。”

于魔处。”意思是什么呢？如果我们亲近恶友，就已经行持了魔的事业。我们认为的“着魔”可能是精神不正常，但实际上，有些人亲近具有贪嗔痴、不爱闻思修行、经常诽谤正道、正法、正士的恶友，就是行持魔法。如果行持魔法，将来就会堕入魔处，也就是说，这样就会进入魔鬼的行列当中。很多人认为魔鬼是特别可怕的，其实恶友才是最可怕的！

以前阿底峡尊者也说了，他对世间所有恐怖的老虎、大象、狮子都不怕，最怕的就是恶友。有些教言当中讲，获得了一地菩萨也会受到恶友的影响，更何况是我们凡夫人呢？“近朱者赤，近墨者黑”，接触红色就会变成红色的——我们依止善知识就会变成像“红色”一样的，好比在玛拉雅的檀香林当中，一截一般的树木也会逐渐逐渐熏染上檀香的味道；如果我们接触恶友的话，就会“近墨者黑”，就像接触墨的时候自然而然会被沾染而变成黑色一样。

记得汉地的《法苑珠林》里面有一个公案，说有一个国家对犯人执行死刑的时候，专门用一头恶劣的大象来踩死他们。但后来，那头大象居住的房子被火烧了，大象就被迁移到寺院的附近。寺院里面经常传出一些佛号的声音，这头大象就自然而然变温柔了，还具有了慈悲心，不会踩死任何人。这个时候，国王特别着急，就跟大臣商量对策。大臣说：“这头大象是受到了环境的影响，如果我们把大象迁移到屠宰场，它原来的恶心应该会恢复

的。”后来，他们就把大象移到了屠宰场，让它看到很多血腥、凶恶的行为。此时，它相续当中野蛮的心逐渐恢复，而且比原来更加凶恶，踩死人的时候更加凶猛，非常可怕。

由此可知，人的志性其实是不定的，很多人都受环境的影响。现在有些大学生，如果毕业之后待在一个天天打人、杀人的黑社会里，或者在有些凶恶的部门里工作，那过了一年、半年之后，他就完全变成那种人了；如果进入一些慈善行业，他的心就会逐渐温顺起来，即使是原来非常凶恶的人，依靠这些环境、这些人也都会变的。

所以我去看接受助学的学生时，如果他们要选择学校或工作部门，我也会提供一些建议。因为非常明显，到了某种环境中仅仅三年之后他就会完全变成另一种性格的人。

我们修行人也是这样，关键是你处于什么样的环境当中。如果是处在具有善知识和好道友的群体当中，那你的菩提心会慢慢增上的；如果处于一种非常不好的、恶劣的人群当中，那即使你修行再好，也很可能会慢慢退失。

《大车疏》中还引用了一个教证说，声闻一般是自利、不会利他的，但是世间当中的任何一个人，如果只摄受财物、不摄受法，佛陀说这是恶友，要永远离开他[89]。也就是说，我们要离开什么样的人呢？就是除了钱财以外，对自己的智慧、佛法

[89] 《大圆满心性休息大车疏》：又如颂云：“声闻勤利己，利自不利他，谁依摄财物，永不以法摄，佛说恶师友，彻底远离之。”

方面一点都不重视的人，这叫做恶友。

其实所谓的恶知识也是一样的，现在有些恶知识，除了钱、地位和美色以外，对真正的正法方面没有什么兴趣，依止他多少年，弟子的相续也不会有任何改变。所以，不管是谁，对恶知识和恶友都应该要看清楚。

我们在这里就跟大家简单介绍，今天不能太广。

乙三、弃离恶知识恶友之利益：

远离恶友恶知识，今来世乐成妙德，

获解脱道恒增善，永远不见恶劣者，

亲睹佛子中怙主，垂念自己赐加持。

安祥而逝趋善趣，具彼不可思议德。

“远离恶友恶知识，今来世乐成妙德，”这里讲，远离上述恶知识和恶劣的朋友会有什么样的功德和利益呢？首先是即生当中会获得快乐。其实坏人的群体当中不会有什么快乐的，除了极个别具有颠倒价值观的人以外，其他人都不会有的。而且，乃至生生世世也会获得快乐、远离恶知识等，有非常殊胜的善妙功德。

“获解脱道恒增善，”最重要的是，会获得解脱道——声闻、缘觉、菩萨或佛果。另外，远离了恶友的话，会日日夜夜恒常增长许许多多的善根，比如慈悲菩提心的善根。

“永远不见恶劣者，”因为你今生当中尽量远离恶

友的缘故，乃至生生世世都不见恶友。

“亲睹佛子中怙主，垂念自己赐加持。”亲睹无数佛子的怙主如来，他经常垂念自己、加持自己。

其实我们自己行为如法的话，护法神也会经常加持，诸佛菩萨也经常加持，上师们也会经常加持和垂念我们。我都经常有这种感觉，看见某某人经常跟不守戒律、不好好闻思修行的人在一起，我心里面就觉得“这个人没有希望了”，好像自然而然已经放弃他了；某某人经常好好地修行，跟很多善知识、善友在一起的话，我对这个人的印象和好感自然而然就会提升。

所以这里讲，远离恶友、恶知识的人，诸佛菩萨也会垂念、加持，善知识们也会垂念、加持的。

“安祥而逝趋善趣，具彼不可思议德。”他死的时候也会安详地离开世间并趋入善趣。所以，远离恶友、恶知识具有如是不可思议的功德。

而且，如果我们如理如实地依止善知识和善友，许许多多的功德也会自然而然增上。《华严经》中也说过：“亲近善知识，速见彼诸佛。”我们亲近善知识、善友的话，修持任何本尊、佛陀，都会在很快的时间当中见到、感应到。

有些人平时修行不好、修不成就，很担忧、很伤心，其实这可能跟你的行为有一定的关系——你整天都跟恶人在一起，天天喝酒等。有个别人名义上是佛教徒，但实际上比非佛教徒还差，可能是末法时代的原因吧，我们自己没有观察自己的话也是

非常惭愧的。所以，应该尽量远离恶知识、依止善友，那么很短的时间当中就能修成一切佛法，这也是很重要的。

下面是远离恶知识和依止善知识的摄义。

乙四、彼等之摄义：

恒依正士与善友，以此增上诸善业，

灭尽罪惑止过患，成就增上决定胜，

现世安乐后得果，成人天师恒具义。

“恒依正士与善友，以此增上诸善业，灭尽罪惑止过患，”如果我们恒常依止善知识和善友，仅仅依靠这个也会增上无量无边的善业；同时会灭尽相续当中许许多多的罪恶、烦恼，制止一切的过患，逐渐逐渐……

那天有一个道友提到了“浸泡式教育”，我对这个还是有很深的印象。在一个佛教的团体当中，你泡得越久越好，这样许多功德会慢慢增上的。这一点有些时候我们自己也能看得出来，比如有的人说：“我在刚加入一个佛学会、一个佛教团体的时候是特别恶劣的人，现在的话，虽然没有明显的成就，但还算是可以，应该比以前有好转。”而有些人自己不一定看得出来，甚至觉得“我是不是比以前更差了”，但实际上，在这种环境当中、在道友的熏陶下，潜移默化，慢慢会有改变的。

前一段时间，我在国外的一个同学说，他刚来汉地的时候，有一个居士请客，要点杀三条鱼，那

个居士说："你喜欢红色的还是什么颜色的鱼？"他吓坏了："啊？怎么佛教徒还这样点杀？"但现在好像所有的居士都非常提倡吃素，即使不能吃素也不点杀，改变很大的！他觉得今天和二十年前相比，汉地的佛教徒差别还是很大的。

所以，我们有时候可能会很明确地看到一些进步，而有时候自己虽然不能明确看到，但还是有改变、有进步，这也是不得不承认的。

"成就增上决定胜，现世安乐后得果，成人天师恒具义。"这样依止善知识的话，会逐渐获得暂时人天的增上生，还有最后佛果的决定胜。今生当中也是安乐，来世也是安乐，最终会成就人天导师佛陀的果位，具有相当大的意义。

《别译杂阿含经》当中也讲过，所谓的善友，会让他人以前具有的善法不毁灭、不断地增长，以前没有的善法，会让它产生并且日日剧增。能起到这样作用的人叫做善友[90]。

对于善友和恶友，我们应该分得出来：以前你相续当中很有善根，但跟他接触以后，慢慢就全都退失了，这叫做恶友；以前你不懂佛法、不懂真理，但跟他接触以后，你稍微懂得了一些取舍，并且有了很多功德，在新的生活当中也有所进步，这叫做善友。所以我们应该尽量地依止善友，这样具有一定的意义。

《念法经》当中也说：如果我们依止善友，则

---

90 《别译杂阿含经》："未生喜乐能使得生。已生喜乐能使不失。是名善友。"

会具清净的正知和正念，而且能圆满一切善法——我们的善根会圆满的[91]。所以一般来讲，如果我们旁边有一些善知识和善友，他们会经常指点："你这样做不行的，你这样不好的。"对你有一种监督和指点，那你自己也会经常护持正知正念，这样以后，我们修行会圆满。否则的话，我们可能不会得到任何的指点啊！

有些人到国外去留学，在国内时有父母、老师说他，但国外是比较自由、开放的一种教育，他们到了那里就无恶不作。因为父母也不在身边，老师也不管你——"你自己就是自己的怙主"。这时他就觉得："噢，我现在已经解放了，已经自由了。啊！蓝天在上面，大海在旁边，我什么拘束都没有……"最后落到监狱里的时候才看到："噢，原来上面不光有蓝天，还有警察！"（众笑）有这样的，要注意，对吧？

乙五、依止善知识之教言：

依止善友善知识，增长善资得乐果，

不畏三有利乐广，成办无量众二利。

上师乃是佛化身，浊世如是而显现，

乃至菩提果之间，当依一切善知识。

"依止善友善知识，增长善资得乐果，"这里讲到，我们应该依止善知识和善友，这样会增长福德资粮和智慧资粮，获得快乐的果。

[91] 《大圆满心性休息大车疏》：《念法经》中云："若依止善友，则具清净正知正念且能圆满善根。"

“不畏三有利乐广，成办无量众二利。”而且，因为有了善知识的教言，你就不会害怕三有，如果三有都不怕，那轮回当中暂时的困难就更不怕了。

有些人说：“我不敢面对生活。”现在很多人得抑郁症，为什么呢？因为他有一种恐惧感，不敢见人、不敢面对事情。其实你依止善知识、学习了大乘佛法之后，所谓的抑郁症、自闭症等这样那样的综合症，我觉得应该是很容易治好的，而医生不一定能治得好。

其实，就像“以子之矛攻子之盾”或者“以毒攻毒”的道理一样，我们用心来治心病可能是最容易的。为什么这样说呢？因为我们心里的有些困惑和疑虑，依靠心可以解开；而人们所有的欲望和痛苦，用物质或者依靠朋友来解决是很困难的，一旦自己明白了道理，很多问题就可以迎刃而解。

所以，依止善友、善知识的人不畏三有，而且他利乐有情的事业极其广大，会成办无量无边的自他二利。

“上师乃是佛化身，浊世如是而显现，”这样的上师实际上是佛菩萨的化现，在末法时代以人等不同众生的形象来显现。

佛陀在佛经当中也讲了，在末法时代，我以善知识的形象来给你们宣说等持法门[92]。但这是指真正的善知识，不是假的或者不成熟的善知识。真正的

---

92 《大圆满心性休息大车疏》：《殊胜等持经》中云：“善男子，末法之时，我化现为善知识宣说此等持法门，是故善知识乃汝之本师，直至菩提果之间当依止且恭敬承侍。”

善知识会将众生的恶分别念引入正道，他才是佛的化现。

“乃至菩提果之间，当依一切善知识。”乃至菩提果之间，我们一定要如理如法地依止善知识，要具有一种信心，要经常想：“我依靠信心来依止善知识。”

以前阿底峡尊者来到藏地的时候，仲敦巴问阿底峡尊者：“你们印度有这么多的大成就者、大班智达、修行人，而我们藏地有很多修行者，但是却没有获得殊胜功德者，为什么？”阿底峡尊者以呵斥的口吻说：“你们藏族人福报很浅薄，分别念特别重，把善知识看作凡夫人，这样一来，你们肯定得不到成就！”[93]

在我看来，藏地的很多人对善知识和一些真正传统上师的信心、清净心还算是比较不错的。比较而言，现在汉地的情况会不会比阿底峡尊者所说的更严重？因为在汉地不同的地方，有些人分别念特别重，经常这样说、那样说。这样的话，真正的善知识最后也已经畏惧了很多弟子的邪行，这种情况也经常发生。

所以，如果把真正的善知识当作真佛的化现，实际上自己会获得一定的利益；即使他不是真正佛菩萨的化现，如果你对他有一个清净心，那么对自己的修行也不会有障碍的。

---

[93] 《菩提道次第广论》：敦巴请问大依怙云：“藏地多有修行者，然无获得殊胜德者，何耶？”依怙答云：“大乘功德生多生少，皆依尊重乃能生起。汝藏地人于尊重所仅凡庸想，由何能生？”

《二观察续》当中讲：“或信坚愚者，此人成就近，溺理寻思者，此人成就远。”有些人有坚定信心的话，即使稍微有点儿笨，他也会在很快的时间当中获得成就——成就对他来讲不是很遥远的；有些人虽然有一定的智慧，但是整天寻思，是个寻思者，分别念特别重，这样的人恐怕不一定能在很短的时间当中获得成就——也许成就对他来讲是很遥远的。

所以，分别念特别重其实也不好：看这个过失、看那个过失；看法本也产生很多的分别念、疑惑、邪见；对一些真正开示正道的善知识也经常观察过失，不但不知道他是佛菩萨的化现，反而把他当作有罪的凡夫。

在这个问题上肯定需要有种智慧。现在有些人把自己当作佛，以这个名义来欺惑很多佛教徒：“啊，你们不能诽谤我，我就是善知识，我就是佛啊！你们这样诽谤我的话，实际上是诽谤所有的三世诸佛。三世诸佛不欢喜，你们的成就是没有希望的。所以你们应该先对我如何如何地恭敬、承事、赞叹、赞扬、赞颂，这样的话，你的成就很快很快……我不敢保证两三天，但是两年、三年、四年之内……嗯，我跟文殊菩萨商量一下，问题应该不是很大的……”（众笑）以这种方式来欺骗人的情况也经常发生。

乙六、如理依止之功德：

以此无偏现净观，圆满慈悲菩提心，

增上证悟与觉受，利他无量成所愿。

“以此无偏现净观，”如果我们如理如法地依止善知识，依靠这样的行为可以使清净观无有偏堕地增上、现前。

我们现在好像对个别对象观得起清净观，而对所有众生、所有善知识，可能清净观观得还不够，但是如理如法依止善知识的人应该可以。

“圆满慈悲菩提心，”这样依止善知识以后，自相续当中的慈悲菩提心也会圆满。

“增上证悟与觉受，利他无量成所愿。”自己证悟空性智慧的境界，还有修本尊、修上师的觉受也会慢慢增上，然后能利益无量无边的众生。而且自己想什么就成办什么，非常容易。真的是这样，依靠善知识的加持和摄受力，我们不管修什么，成就都是非常容易的。

尤其观清净心是很重要的。你所依止的善知识、接触的朋友，可能在你看来不一定是很好的。但实际上，就像我们前面所讲的那样，有些宣说大乘佛法的善知识，外表的行为和威仪不一定很妙，但是因为我们不知其密意的缘故，应该如理地依止善知识。我前面引用过相关教证，这里不用再次引用。

实际上不仅仅是大乘佛教，世间当中也有这样的道理。以前我看到一本书里面讲，老子的一个弟子叫做士成绮。因为当时老子非常非常出名，士成绮听到他的名声之后，就对他特别崇拜，很想见到

他。后来他千里迢迢到了老子那里，但是没有想到，老子居住的地方特别脏乱差，他觉得像老鼠洞一样，特别臭。

他见到老子之后，就以特别不满的语气说：“我听说你是非常有名的，但是没有想到你居住在这样一个环境当中。”然后就开始说他：“你根本就不像一个有德行的人！”老子面不改色,就“噢噢噢……”，什么都没有跟他说。

然后士成绮就离开了，走了一段时间，他想：“我刚才跟这个人说得那么厉害，但是他好像也没有怎么回答。”他好像心里还不是很满意，于是就回去了，说：“我刚才跟你说了，你怎么没有反应啊？我跟你说得那么清楚，你住得那么差！”

老子说：“其实所有的名声等对我来讲就像破鞋一样，我早都已经扔掉了。所以你赞叹我也好、诽谤我也好，对我来讲是无所谓的。”——赞叹他，他也是这种态度；诽谤他，他也是这种态度。

这个时候士成绮已经发现，老子确实是有名声的同时也有德行。后来，他就请求老子给他讲一些教言。老子就给他讲：“一切心应该回归自然，要认识本源。”讲了这方面的道理。

我们世间人，有可能对善知识的一些行为不理解。包括观音菩萨的传记当中也写到，在依止善知识的过程当中，善知识外在的一些行为不是我们希求者所想象的那样，这种情况也会发生。但不管怎么样，我们应该用一种清净观来依止善知识。这样以后，自己的证悟、觉悟等很多境界自然而然会增

上，这是很重要的。

甲五（了知取舍后求悉地之理）分五：一、修法；二、念诵法；三、修事业；四、分别之次第；五、功德。

下面讲到修行——修上师瑜伽，分五个方面，第一个是修法。

乙一、修法：

如何观修祈祷师？平时积资与净障，

昼观顶上夜心间，随信观想根本师，

本尊空行无有别，相好严饰四周绕，

空行勇士传承师，意供祈求赐所欲。

"如何观修祈祷师？"这里是说，这样的上师我们平时应如何修持。这是接近密宗的修法了，一般显宗当中最多是按照《华严经》的观点依止善知识；而具体把上师作为观想的对境去修持，虽然唐密当中也有一些，但真正的修法只有藏传佛教的无上密法里面有。

按理来讲，这以下的内容需要灌顶——最好是有灌顶的，但是这次呢，我也不会灌顶，你们很多人也没有得过灌顶，可能问题不是很大吧。

"平时积资与净障，"那么，这样的上师修法怎么样观想呢？实际上平时应该积累资粮和净除罪障，这是很重要的。

"昼观顶上夜心间，"真正观想的时候，白天把上师观想在自己的头顶上，晚上把上师观在心间，《

前行》当中也有这样的观想方法。

“随信观想根本师，本尊空行无有别，相好严饰四周绕，空行勇士传承师，意供祈求赐所欲。”然后，随着自己的信心，把上师、本尊、空行这三根本都观为无二无别，其他相好圆满的本尊等围绕着上师。

这个观想方法，是把自己随意地观成文殊菩萨、观音菩萨等任何一个本尊。然后在自己的头顶上，观想自己的根本上师与莲花生大士无二无别，其周围观想空行、护法、所有的传承上师。下面的观想方法实际上都是这样的。

三根本还是很重要的：上师可以赐给你各种各样的加持，本尊会赐给你成就——要成就的话就要依靠本尊，空行会遣除我们修行过程中的违缘。

我想，以后包括学会所有人员在内，三根本的咒语和观修要能圆满，我本来想今年，但是今年不一定能圆满。当然，三根本有不同的观修方法。比如说，上师观莲花生大士，莲花生大士的心咒要念十万遍以上；本尊观文殊菩萨、观音菩萨都可以，也要念十万以上的心咒；空行观度母、金刚亥母、作明佛母都可以。一般来说，我是比较偏向于上师是莲花生大士，本尊是文殊菩萨，空行是度母，三根本以这种方式来修行。以前传承加持中的很多上师也会这样的，所以我们以后也可以这样修行。这是三根本的修法，是很重要的。

《聚宝续》中也说：“何者十万劫，观十万本尊，不如稍忆师，此福无边际。”《大车疏》里面有这个教证，意思是说，在十万个劫当中观十万个

本尊，不如在短短的时间当中、一瞬间观上师，后者的福德无量无边——“此福无边际”。所以观修上师非常重要！虽然观本尊也很重要，但是观上师更重要。

我们每天都修上师瑜伽，有些人可能观得好，有些人即使观不好，但是呢……我刚才看我们这里新来的居士，95.34%都可以念《上师瑜伽》（众笑），前后的课诵也都可以念，4.66%可能还不能观、不能修，大多数人是可以的。

以前开金刚萨埵法会的时候，新来的人都不懂念诵，连一个听法的威仪和规矩都不懂。每次开法会的时候我都很着急，觉得：“汉地这么多人连一个基本的威仪都不懂啊。”有很多这种比较着急的事，但现在还算是可以的。

- **闻法方式的重要性**

佛教当中的有些威仪其实是很重要的。以前我们开法会的时候，很多佛教徒还戴着帽子，听课还穿着鞋，威仪不如法的情况非常多。有些人还讲：“这样为什么不行啊？”不知道我讲过没有，其实在听课的时候不能穿鞋和戴帽，这在佛经当中是有教证的。

《出曜经》中说，有个比丘正在给成千上万的人讲课。有一个国王，他的头发很少，头上还有脓包，当时他戴着帽子，还穿着鞋，非常傲慢的。那个比丘跟他说：“如果穿鞋就不能得法，你要脱鞋。”他很勉强、很不高兴地脱了鞋。然后比丘又要求他把帽子揭下来，他很不愿意，而且态度很傲

慢。比丘说："你如果这样傲慢的话，得不到佛法的利益。"然后给他讲了一些偈颂和功德。

后来这个国王已经真正心服口服了，不但没有了傲慢心，还以恭敬心把帽子揭下来、鞋也脱了，非常恭敬地去听。他这样恭敬听法以后，就获得了圣果[94]。

有些人说："戴帽子、不戴帽子是一样的！"有些人还跟我说："您去大学演讲的时候，很多老师戴着帽子，您为什么不跟他们说？"大学演讲不是讲佛法，有时候我要给他们讲一些世间法。

我给企业讲的时候，要讲怎么样赚钱，我就好好地思维赚钱的方法、秘诀。我去一些科技大学的时候，虽然讲科学我不太懂，但是我会在前一天晚上思考"所谓的科学是什么意思啊……"。思考过后，第二天互相交流的时候我也还算是可以的。我

---

[94] 《出曜经》：有一比丘波罗梨大国鸡头园中，为数千万众前后围绕，升于高座敷演法教，其闻法者，靡不蒙济，随行所趣各充其愿。外国旧典内法之宜，入寺听法及礼佛者皆当脱帽。时，有国王头素少发加复有疮，又且脚着履屣，自恃豪尊以氎裹头入内听经。王曰："比丘与我说法。"比丘告曰："如来有教，其有众生脚着履屣者不与说法。"王闻怀恚即脱履屣，语比丘曰："卿速说法称悦我情，违我本意者当枭汝首。"比丘告王："又复如来禁戒所忌，不得与覆头者说法。"王闻斯语倍复瞋恚奋赫天威，语比丘曰："卿欲辱我今故前却，我今正尔露头听卿说法，若不解吾疑结者，当取汝身分为三分。"尔时比丘，寻向彼王而说斯偈："不以不净意，亦及瞋怒人，欲得知法者，三耶三佛说，诸有余贡高，心意极清净，能舍伤害怀，乃得闻正法。"王闻斯偈惭颜愧形，即起于坐五体投地自归忏悔，求灭身口意过，长跪叉手白比丘言："不审此偈为是如来神口所说，为是尊人知我心意然后说乎？"比丘告王："此偈乃是如来神口所说，此来久矣，非适今也。"王自思惟："善哉大圣三达之智靡所不通，乃知将来有我之徒有恚害心，今重自悔更不造新。"尔时比丘渐与说甚深之法，即于坐上诸尘垢尽得法眼净，见法得法无所畏难。

有时候去财经大学，就想：“所谓的财经怎么样理解，所谓的金融……”我去的学校的专业都不同，所以对我来讲也是一个挑战、一种考试，也是比较麻烦的。我去学校里，有时候所有的老师和学生都戴着帽子，但我也不说什么“你戴着帽子不行……”。

但是佛教徒不同，佛教徒应该是比较如理如法的。以前我们开法会的时候经常有非常多不如法的情况，但现在如法的佛教徒的确是增多了，这一点是大家共同努力、共同学习的结果，非常好！

乙二、念诵法：

前面讲，我们用三根本的方式来修上师，那么修上师的时候：

师名梵语前加嗡，后加啊吽所欲咒。

“嗡啊吽”是三世一切诸佛的咒语，“嗡啊吽”当中加上上师的梵语名字或者汉语名字、藏语名字都可以。

无垢光尊者说，如果你会翻译的话，最好是把梵语名字加在里面——前面是“嗡”，中间是上师的名字，后面是“啊吽”和所欲咒[95]。比如说，法王如意宝晋美彭措的梵语是“阿贝拉将嘎绕”，那么就可以念“嗡格热阿贝拉将嘎绕色德啊吽”。

“嗡格热阿贝拉将嘎绕色德啊吽”后面可以

95 《大圆满心性休息大车疏》：所欲咒：息业加“现当革热耶索哈（ཤཱནྟིཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ།）”；增业加“毕张革热耶索哈（པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ།）”；怀业加“瓦相革热耶索哈（ཝ་ཤཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ།）”；诛业加“玛日阿雅啪达（མཱ་ར་ཡ་ཕཊ།）”

加“现当革热耶索哈”“毕张革热耶索哈”等息增怀诛的不同咒语——你要依靠上师修什么样的事业，就可以用这些不同的咒语：如果你想依靠上师的加持消除疾病，那么就可以说“现当革热耶索哈”；如果你想依靠上师的加持，让自己的财富、名声、地位各方面越来越增上，那么就说“毕张革热耶索哈”；如果你要成就怀业，把你的朋友、敌人和不认识的人全部勾招起来，当成自己的眷属，就可以说“瓦相革热耶索哈”。尤其是现在有些企业家找不到员工，这些人要多念《大自在祈祷文》，同时修怀业。

像我们学院怀业修多了，所以现在没办法承载那么多人，可能现在要停止修怀业，不然人太多了我们还是有压力的。我本来这几年以来一直在念《大自在祈祷文》，但现在有点不敢念了，否则到时候会越来越麻烦。（众笑）

但是别的有些地方、有些寺院，弟子全部跑了；有些人，他自己的家人都跑了——不要说其他人，连对家人的驾驭和控制能力都没有的话，就要修怀业。

然后还要修诛业，在末法时代具有十应诛[96]情况的、非常可怕的这些人，要通过降伏法进行降服，这个要在上师的名字后面加“玛日阿雅啪达”。

总之，念诵“现当革热耶索哈”“毕张革热耶

[96] 十大应诛，又名十逆怨贼。佛教密乘所说应诛不赦的十恶怨敌：毁灭佛教、摧残三宝、劫夺僧财、谩骂大乘、坑害上师、挑拨金刚弟兄、障难修行、绝无慈悲、背弃誓戒和颠倒业果。

索哈”还有“玛日阿雅啪达”等时，我们把上师的名字加在前面。如果上师的名字不会翻译成梵语，那么直接把某某名字加上都可以的。

心宝山这边有丹增活佛写的“嗡格热阿贝拉将嘎绕色德啊吽”，以前学院常住的道友们也念过很多遍，这是修上师的相应法，是通过梵语来念的。如果不懂梵语的话，那么就可以直接念上师的名字——哪个上师都可以，每个人都有一个上师。我看我们这里的很多道友，上师特别特别多，如果一个人有十几个上师的话，实在不行就把名字全部加在中间……（众笑）

乙三（修事业）分三[97]：一、息增怀诛业；二、结行；三、验相。

丙一、息增怀诛业：

若息病魔罪障者，观想一切放白光，

遣除违缘获悉地；欲增寿德财等者，

观想黄光降愿雨；自在招引等怀业，

观想红光铁钩状；制伏魔障等诛业，

观想青光兵刃状，千辐火聚轮摧之。

“若息病魔罪障者，观想一切放白光，遣除违缘获悉地；”像我刚才讲的一样，如果我们想消除自己的疾病、各种各样的痛苦和烦恼，就将自己观为本尊，

[97] 《大圆满心性休息大车疏》：“此处科判与藏文原文稍有不同，藏文中将息增怀诛分开，共分七，翻译时将四事业合在一起，将第五所缘与第六后行合为结行。”

将上师观在头顶上。并且将上师观成白色的，上师的三处发出白色的光。在白色的光中，三根本也都是白色的，整个世界都变成白光，最后融入自己的时候，自己所有的疾病、痛苦、烦恼都得以消除，一切都变成白色的光。

我们平时也要经常这样修，比如说想要息灭一些烦恼、疾病、违缘，就把上师观为白色的，通过白光来修行。

“欲增寿德财等者，观想黄光降愿雨；”如果你要增长寿命、福德、财富等，就要修一些增业。这个时候要观想上师是黄色的，出现黄色的光，世间的所有精华全部融入自己，然后自己的寿命也增长、财富也增长，“古鲁木”[98]多多的有（众笑），很多很多的财富圆满增长。

“自在招引等怀业，观想红光铁钩状；”如果你像我刚才讲的那样，对人或非人的招引都没有获得自在——你自己需要勾招的人越来越远离的话，那么可以修怀业，上师发出红色的光……其实这些都应该是生起次第的修法，不能讲，听众当中可能有没得过灌顶的人。这个应该是密法的四种事业，无垢光尊者怎么把这个密宗的法放在显宗里面呢？我们还没有灌顶。（众笑）

其实宁玛巴的好多上师也是这样，原来法王如意宝讲显宗的时候，讲着讲着，最后就讲了很多大圆满的窍诀。“噢，这里可能有很多没有得过密法灌顶的人，但没有办法……”上师也经常这样的。

---

[98] “古鲁木”，“钱”的藏文音。

“制伏魔障等诛业，观想青光兵刃状，千辐火聚轮摧之。”然后是诛业，也就是降伏业。观想一切变成蓝色或青色，发出各种各样的兵剑，摧毁所有的病魔、外道，让他们得以超度、获得解脱。观想自己在火轮和护轮当中，不会受到任何的违缘等。

以上是观修方法。

丙二、结行：

咒声震动三千界，成就事业修生次。

后摄无缘空性中，须臾放松作回向。

“咒声震动三千界，成就事业修生次。”刚才念息、增、怀、诛的四种咒语，“轰轰隆隆”地开始念，咒声传遍整个三千世界，分别观修息、增、怀、诛不同事业的生起次第。

“后摄无缘空性中，须臾放松作回向。”最后观想，外面所有的一切全部融入本尊——前面已将自己观为本尊，本尊融入上面的上师，上师最后也在无缘当中安住，一切都是在无缘空性当中，稍微放松之后作回向。

这是息、增、怀、诛四事业的一种修法，尤其是你们得过灌顶、修完加行的人，经常修持是最好的。这次金刚萨埵灌顶之后，很多人就都可以修了。

第三十五课

思考题：

【知识类】

1、修成息增怀诛四种事业之时，各有什么验相？

2、请按照本课内容说明，依止善知识有什么功德？应如何依止？

【修行类】

1、如何结合上师修法而修断法？如此修持有哪些功德？为什么要这样修持？

【生活类】

1、如果没有见过上师，如何才能修好上师瑜伽？

2、转法轮有什么重要性？在弘扬佛法方面，你有什么打算？

今天我们紧接着昨天的内容，前面的科判当中有一部分没有讲完。修上师法的息增怀诛事业之后会出现一些修行的验相：

丙三、验相：

现各事业之验相，此乃深道大乐海。

前面修息增怀诛四种事业的过程当中，各个事业不同，显现的验相也是不同的，主要原因是什么呢？因为我们讲的这个法非常甚深，如同大海一般，其中有许许多多不可测度的甚深缘起，所以在修的过程当中，大乐智慧妙用的显现也是不同的。

比如说，修息增怀诛当中的息业，其验相是：

在梦中进行沐浴、身上穿白色的衣服、遇到一些白色的客人等。那天我讲我小时候的故事，他们说，我梦见白色袖子的客人也是一种验相吧。比如说一个人病好的时候，梦中见到的客人或者一些相也会是白色的。

修成增业的验相：因为你的寿命、财富不断增上，梦中就升起了日月、收到了很多粮食，或者是降下珍宝雨等。

修成怀业的验相：在梦中有成千上万的人向你顶礼、供养、赞颂等。

修成诛业、降伏业的验相：梦中发生一些巨大的火山爆发等，或者你在跟敌人作战的过程当中杀害敌人、战胜敌人等。

以上是修息增怀诛不同事业的时候，在梦中会出现的验相。

比如修金刚萨埵，过一段时间我们念了40万遍金刚萨埵心咒之后，如果在梦中自己穿上白衣服、沐浴，或者是身体上的垢染得以清净，这就说明已经清净罪障。还有喝清凉的水、用乳汁沐浴，很多修法当中有不同的验相。

下面是一种断法的观修次第，特别是生病的时候，可以通过这种上师的观修方法来遣除疾病，分六个方面。

乙四（分别之次第）分六：一、观想对境；二、净增甘露；三、布施宾客；四、作回向；五、宣说功德；六、修持之理。

丙一、观想对境：

赎死除障病魔时，观想前方虚空中，

无畏狮子莲座上，师佛无二露笑容，

为诸菩萨与空行，传承上师所围绕，

六道债主可怜客，三世父母轮回众。

“赎死除障病魔时，观想前方虚空中，无畏狮子莲座上，”这里说，如果我们出现一些死相，或者在生活中遇到极大的违缘或遭受疾病，要想断除这些疾病等而修行的时候，就在自己前面的虚空当中观想狮子和莲花的宝座，宝座上面观想自己的根本上师。

“师佛无二露笑容，为诸菩萨与空行，传承上师所围绕，”上师与阿弥陀佛、释迦牟尼佛等自己很有信心的任意一尊佛无二无别，或者与其他的三世诸佛无二无别，并且上师露出笑容，非常慈爱地一直注视着我们。然后观想，八大菩萨、空行众、护法众以及所有的传承上师都围绕在上师周围。你如果病得非常严重或者出现死相，就可以这样观想。

“六道债主可怜客，三世父母轮回众。”然后，就像我们观皈依境、皈依福田时一样，自己和冤亲债主等六道的可怜众生、三世父母，全部面向自己的根本上师，进行祈祷。这是刚开始观想对境的方法。

第二个观想方法是净增甘露法。

丙二、净增甘露：

自心吽字顶上出，变勇士持剑托巴，

自身眉间处斩断，置于骷髅三灶上，

内满身骨及血肉，降下甘露下燃火，

托巴量等三千界，其中充满妙甘露。

“自心吽字顶上出，变勇士持剑托巴，”刚才我们在前面观想了自己的根本上师等殊胜的对境，然后把自己的心变成一个藏文的“吽（ཧཱུྃ）”字，“吽（ཧཱུྃ）”字从头顶出来，变成一个白色的金刚勇士，手里持着宝剑和托巴（托巴就是天灵盖）。

“自身眉间处斩断，置于骷髅三灶上，”然后，在自己原来躯体的眉间处，金刚勇士用宝剑斩断头颅，将斩断的头颅放在一个骷髅的三灶架上面——像须弥山那么大的三灶。

“内满身骨及血肉，降下甘露下燃火，”然后把自己原来的躯体全部放在里面。通过托巴下的“样（ཡཾ）”字吹风，“让（རཾ）”字燃起火来（有些修法是“让、样、康”（རཾ་ཡཾ་ཁཾ།）都要观修），把身体里面的血、肉、骨头全部溶化，然后念诵“嗡啊吽”，慢慢慢慢，原来不清净的血和肉等全部得以清净并越来越增多。

“托巴量等三千界，其中充满妙甘露。”最后要观想，托巴的量等同三千大千世界，就像大锅里面熬稀饭一样，我们原来特别执著的身体已经全部变成了甘露液体。

以上是第二步观修方法，前面第一步是，在我们前面的虚空中观想上师、诸佛菩萨、空行护法三根本为主的圣众。

当我们真的出现死障时就可以这样修，我本人经常修这个。比如说，我觉得这次可能没有希望了，病得很严重，这个时候一方面看病，让医生来诊断，一方面应该通过上师瑜伽修这样的断法，《大圆满前行》当中也有这个修法。

其实这个修法非常殊胜，因为我们把自己的身体全部供养、布施给诸佛菩萨和三界众生，这样断除我执之后，就有了重新获得生命的机会，也有了一种新的机会，这是一种自然规律。

光是口头上这样讲的话，不信仰密法的人不一定会有感受，但如果你自己真诚地修行过，就应该很明白的。刚才讲的是第二步。

第三步开始上供下施。我们已经把这个身体变成甘露了，现在要供养天女和勇士等，把身体全部上供下施。

丙三、布施宾客：

自心化现无数士，同持托巴洒甘露，

令诸息客皆欢喜，圆满资粮获悉地，

有客生喜还宿债，令害魔喜遣违缘，

诸众皆大欢喜光，照射自己去疾病，

魔障逆缘皆灭尽，赎死获得二成就。

“自心化现无数士，同持托巴洒甘露，令诸息客皆欢喜，圆满资粮获悉地，”我们刚才把自己的心变成了勇士，身体变成了一大锅甘露，量等三千大千世界。

然后白色勇士的心间再幻化出无数的勇士，每一个勇士手里都持着天灵盖。在大如三千大千世界的天灵盖里面，有以“嗡啊吽”清净的甘露，洒这些甘露以供养无数的勇士、勇母。

在供养的过程中，自心幻化的无数勇士在同一个时间当中，先对“息客”——息灭一切烦恼的、寂静的客人，即对上方的诸佛菩萨、空行、护法作供养。而且把甘露变成他们所喜欢的各种各样的供品，比如七宝、八祥瑞，以及世间当中天人的资具等，并不光是供养“稀饭”。如果光是“稀饭”的话，可能有些佛不喜欢喝（众笑），也不光是我们很喜欢的甘露。

但我们的分别念很重，经常想这个不对、那个不对，其实不是这样的，真正有现而无自性境界的瑜伽士什么都可以幻变。在诸佛菩萨面前，虽然本质是我的身体，但通过诸佛菩萨的幻化力量，可以供养各种各样的供品，让所有的息客、诸佛菩萨得以欢喜，圆满了资粮，获得了共同和不共同的悉地。

“有客生喜还宿债，”在同一个时间当中，又幻化无数的勇士、勇母，持着盛有甘露的托巴。而且，托巴里面的甘露也会变成三界轮回众生各种各样的所需，将其布施给所有的六道众生，尤其是自己在无始以来欠了很多债的众生。现在世间人吵架的时候也经常说：“我即生当中不欠你，但是我前世欠了你。”所以，你们前世欠了的、再前一世欠了的，全部已经还给他们了。“有客”就是三有当中

的客人，他们全部心满意足的话，那就皆大欢喜，并且还上了以前所有的宿债。

其实，我们身体生病、一直不好的时候，做一个这样的革萨里修法，身体就会很轻松，而且的确也会断除我执，把自己的身体、财富全部上供下施是非常有加持力的。

“令害魔喜遣违缘，”尤其是害自己的病魔、非人、罗刹、夜叉、厉鬼等，世间当中有各种各样的邪魔，他们也都会欢喜，不会再给你制造各种违缘。

不然，有些人可能经常跟魔众关系不好，很多事情都不顺利；有些人跟非人关系不好；有些人前世欠了很多债……所以，有些人为什么很顺利，而有些人在生活当中始终都不顺利呢？还有一种无形的原因在这里。这个时候我们通过布施，让他们都得以欢喜。

“诸众皆大欢喜光，照射自己去疾病，魔障逆缘皆灭尽，赎死获得二成就。”总而言之，上上下下所有的宾客都皆大欢喜。并且这样欢喜的白色光照射到自己，自己原来要接近死亡的、出现死相了，现在就遣除一切导致死亡的疾病，遣除一些魔障、违缘，就不会死亡了，已经把生命赎回来、买回来了，获得了复活的悉地，有时候也有共同和不共同的悉地。

以上是通过上师瑜伽来遣除违缘等，尤其是我们生病的时候应该这样修。

丙四、作回向：

不缘诸法自心性，不缘心性法界性，

如是境界中安住，如幻性中作回向。

最后，在修完上师瑜伽的修法之后，不执著任何法相，一切都是自己的心。自己的心也不缘，入于法界当中，在法界的境界当中如是安住。你所观修的对境，能观修的人，还有所观修的施物，全部都没有——刚才所供养的对境、供养者、作为供品的施物都不缘，在这样的境界当中入定。出定的时候，在如梦如幻当中，通过念《普贤行愿品》等作回向。

丙五、宣说功德：

这样的上师瑜伽实际上是革萨里修法，有非常大的功德，什么样的功德呢？

以此可除诸违缘，圆二资粮离二障，

心生无量加持悟，急生出离无我执，

现有现师成所愿，安乐临终现光明，

中阴解脱圆二利，故当勤修上师法。

"以此可除诸违缘，圆二资粮离二障，心生无量加持悟，"上师的这个修法很重要的。如果经常修行这样的革萨里修法，就能断除修行过程当中人为或非人为的各种违缘，圆满福德资粮和智慧资粮，断除烦恼障和所知障，心中能获得诸佛菩萨和传承上师们的无量加持，很快获得开悟。

其实这种修法是很快的。有些人为什么在短短几个月的修法以后就完全改变了他的心？有些人可能自己修得不深入，这样之后，虽然学佛很多年，

但好像效率不是很高。有些人是在很强烈的悲心或信心的条件下修，那么在短短的时间当中也会开悟得特别快。

“急生出离无我执，”我们有时候在轮回当中想出离的话，可能是缓缓的——“现在不行，以后吧！”但修这个法的人因为上师的加持，很快就对三界轮回生起出离，无有我执。

“现有现师成所愿，”而且现有的现相全部都变成了上师的现相——色法显现为上师的相，声音是上师的金刚语，心里所有的分别念是上师智慧的妙用，一切显现成为上师的显现。并且自己所想到的很多事情都如愿以偿。

有些修行比较好一点的人，不管发什么愿、发什么心，都很容易成就；有些修行不好或者上师法修得不好的人，刚开始发心很好，但是到中间、到最后的时候，几乎没有圆满的——这里也是半途而废，那里也是夭折了，那里也是到中间的时候就不行了。所以，很多事情能够如愿以偿，也是依靠上师的加持和自己的修行力。

“安乐临终现光明，中阴解脱圆二利，故当勤修上师法。”他在生活当中始终是很快乐的，在临终的时候显现母光明和子光明，中阴获得解脱，圆满自他二利。所以说，我们应该精勤地修行这种上师修法，这是非常重要的。

可以哦，这次你们居士们听法还是很如法的，打瞌睡的人很少，还不错！我昨天也讲了，以前开法会的时候，从来没有听过佛法的人坐也坐不住，

很多人比较苦恼。本来听一堂课只有一两个小时，但是大家还是很累的，有那种感觉。但今天我们这里，我周围的基本上都是这次参加法会的人，从表情等各方面来看还算比较不错，应该还可以。

为什么息增怀诛的事业修得那么快？因为修上师瑜伽的功德非常大，下面讲这个道理。

丙六、修持之理：

佛说刹那念上师，胜过劫修生次第。

不管是在显宗的佛经当中还是在密宗的佛经当中，佛陀都再三地宣说：在一个大劫、多少亿年当中修各种各样的本尊，其功德本来是非常大的，但是不如刹那忆念上师的功德大。比如有一部经典中讲：千百万劫当中修六波罗蜜多，不如一瞬间、一刹那观修佛陀的功德大；千百万劫当中观修佛陀的功德，不如一刹那间忆念上师的功德大。

所以这里讲，对上师的恩德也好、笑容也好、身相也好，哪怕是短短的一刹那间，用一种世间的忆念来想他，觉得这位上师对我佛法上的恩德非常大，将上师作为一种瑜伽相来想，这个功德是很大的。

- 上师的加持三时无别

原来我们有很多念诵，我也担心太多了，但后来想，法王如意宝的上师瑜伽每一个人都可以修，所以我们每天的课前念诵当中还是有法王如意宝的上师瑜伽。有些人见过上师，有些人没有见过上师，但这个不要紧的，莲花生大士很多人也都没有

见过，但你还是可以修莲花生大士的上师瑜伽。

我在2003年讲过《大圆满心性休息》，当时我讲了噶玛巴的一个教证，他说：只要自相续有改变，上师在和不在都没有什么差别；甚至你依靠一个法本，自相续当中有改变的话，你也可以把作者当作自己的根本上师。

从历史上看，智悲光尊者从来没有见过无垢光尊者，他们之间隔了相当长的时间，但智悲光尊者因为看了无垢光尊者的《七宝藏》，就觉得特别好，于是天天祈祷，后来无垢光尊者的幻化身摄受了他；法王如意宝没有见过麦彭仁波切，麦彭仁波切是1912年圆寂的，法王如意宝是1933年降生的，中间有这么长的时间，但是法王如意宝天天祈祷麦彭仁波切，我们也看到，法王的任何一个作品前面都有顶礼麦彭仁波切。

所以从时间角度看，我们虽然没有见过某位上师，但是他的加持完全可以融入我们的心。在座的有些居士，可能确实也是因为福报和各种原因，没有见过上师如意宝，有些是有幸见过的。即使没有见过，只要你有信心、经常祈祷，就像如意宝三时都没有什么差别，都可以赐予悉地一样，我们跟上师如意宝之间虽然有一些时间的间隔，但是你都可以祈祷——上师如意宝的确是莲花生大士的补处，他的加持和力量是不相同的。

以前有些佛教徒说："我可不可以把您作为对境来观上师瑜伽？"我说："把我观成上师瑜伽的对境的话，我自己也没有把握，浪费时间，没有必

要。最好是观上师如意宝，这是不会有欺惑的。”如果观上师如意宝，或者是莲花生大士、布玛莫扎等前辈真正的大成就者，即使没有见过他们，我们也知道，他们无漏的身体和无垢的智慧可以经常摄持我们，无有任何间隔！

《前行》当中引用过一个教证：“何人俱胝劫，修十万本尊，不如一刹那，忆念上师胜。”这个教证我也经常用。任何一个人在千百万劫当中观修十万个本尊，不如一刹那间忆念上师的功德殊胜。今天修时轮金刚，明天修度母，后天修文殊菩萨，再修地藏王菩萨等无数的本尊——有些人修的本尊特别多，来加持的时候念珠都是一大口袋，也许是别人的念珠。

尤其那天我在课堂上说：“参加金刚萨埵法会的时候，用白色水晶念珠很好。”后来听说很多居士上来之前，都跑到武侯祠买白色的水晶念珠。武侯祠原来十块钱的水晶念珠现在卖三四百块钱。

修金刚萨埵用白色水晶念珠也是一种缘起，但也不一定要用白色水晶，这不是最重要的。最重要的是什么呢？就是修本尊，而且修本尊的时候，最好观想本尊与自己的根本上师无二无别，这样来修是最容易成就的。如果把上师抛开，只修一个本尊的话，就像以前噶举派很多上师的传记当中所讲的一样，还是有一定困难的。

讲《前行》的时候我也引用过，梅觉巴大师说：不管怎么样，度母绿就让她绿，喜金刚黑就让他黑，观音菩萨白就让他白，无论任何时候，我观

修的就是我的根本上师。当对上师有非常坚定的信心，对上师的观修比对本尊还重视的时候，在很快的时间当中，加持就会融入自己的心。一旦上师真正的加持融入自己心的时候，那息增怀诛的事业就会任运而成，有时候都不用特别勤作。

我以前依止上师如意宝的过程当中想过，虽然法王如意宝依止托嘎如意宝的时间不长，只有六年，但确实是在短短的时间当中已经获得了上师全部的意趣，所以他在后来弘法利生的过程当中，很多事情都很顺利。当然，法王的前世也不像我们一般人，他的底子还是比较不错的，所以跟凡夫人的起步不同，不像我们什么基础都没有，这个有一定的差别。

他们的修行的确是非常殊胜，我们也应该以真诚的信心修上师瑜伽。尤其是修莲花生大士、法王如意宝，这些是最重要的，因为他们是真正的圣者，跟我们的传承也是非常近的。当然你们有其他的一些兴趣、有其他的一些上师也是可以的。

这里很多居士也是像昨天所讲的一样，一个人有一大堆的上师，这个寺院的活佛、那个寺院的堪布、那个寺院的喇嘛，上师特别特别多。但是，有一个人给我讲："我的上师特别多，但我观上师瑜伽的时候好像都不能观，因为他们自己好像都没有成就，所以我不想观他们。"（众笑）他就觉得："这种上师当老师还可以，要把他观到我头上的话，好像还是有点想不通。我只是可以把他当成所谓的'上师'，或者观成一个老师，但要把他观成真

正跟佛无二无别的话可能有点困难——他也有点困难，我也有点困难。”（众笑）也许他说的是对的。

乙五（功德）分二：一、上师为一切功德之本故当依师；二、追循前辈依师之教言。

丙一、上师为一切功德之本故当依师：

欲求遍德云聚中，所降三地甘露者，

当依胜德财根本，具足大悲上师尊[99]。

颂词当中的“具信”改为“具足”好一点——“具足大悲上师尊”，原来是按《大车疏》的另外一个版本译的，但这次这个版本可能好一点。

下面讲依止上师的功德，上师是一切功德之根本，所以应该依止。

“欲求遍德云聚中，所降三地甘露者，”遍知的各种功德和智慧当中会降下三地的法雨甘霖，就像云聚当中会降甘霖一样。

在座的居士也好、出家人也好，如果自己有真正的佛教智慧，一定要降慈悲的法雨。否则，你自己有智慧，但是“不降雨”的话，这样有点可惜——天空当中有云，但是一直不降雨的话，这个云也起不到云的作用吧。

所以这里讲，想获得遍知智慧所降慈悲法霖的人，你应该依止谁呢？

---

[99] 此句颂词在《大圆满心性休息大车疏》中原译为“具信大悲上师尊”。

“当依胜德财根本，具足大悲上师尊。”应当依止具有殊胜功德圣者七财的根本、具有大慈大悲心的上师——想求得妙法的人一定要依止这样的上师。

获得无漏财富的根本实际上就是上师，我们要想发财——发无漏的财，就要依止善知识。而且这种善知识不能是一般的善知识，他要具有大乘的特点——大慈大悲心、菩提心，这样的善知识我们应该依止。如果没有依止的话，确实也是很难得到这样的财富。

前面我们也讲过，所有的功德实际上都是依靠上师的加持、上师的力量而产生的。《般若摄颂》当中说：“佛诸法依善知识，具胜功德如来语。”《前行》里面也有这个教证。意思就是说，所有的佛法都是依靠善知识而产生的，那么这是谁说的呢？不是一般人说的，不是仙人说的，不是一个普通的领导说的，而是具有一切功德的如来说的。这个说者还是有差别的，说者不是权威的话，那他的语言是不可靠的，而如来是实语者、不妄语者，他以金刚语来宣说：依止善知识是非常重要的。

所以，我们在依止善知识的过程当中先要知道，所依止的善知识需要转法轮，这个确实很重要的。包括现在的一些居士也经常辅导，也辅导得很好。如果全部由出家人来给大家讲佛法的话，是有一定困难的。所以特别希望真正具有大悲心、智慧的一部分居士，以后也可以给大家讲一些佛教的道理。

其他宗教也有这样的做法，比如基督教、天主

教、伊斯兰教，各个宗教当中有相当一部分人是以在家人的身份来给别人辅导。如果全部依靠一两个出家人来讲的话，的确很困难。如果条件具足，最好是由出家人来说法，在佛陀时代这样也是很好的，但实际上，在佛陀时代也有居士说法者。

转法轮非常重要，《大车疏》中讲到佛陀转法轮的时候说，佛陀获得成就之后七七四十九天没有转法轮，到了第六个七天的时候，佛陀跟大家说："深寂离戏光明无为法，犹如甘露法性我已获，纵于谁说亦不能证悟，是故默然独自住林中。"在佛陀没有转法轮的时候，商人、大梵天王请求转法轮，然后佛陀就转了三次法轮——第一次是在鹿野苑，第二次是在灵鹫山，第三次是在不同的地方。

有些人认为三次转法轮是在同一个时间，但是佛陀的传记当中已经先后宣说了转法轮的不同城市。按照无垢光尊者的观点，佛陀也是在不同的地方宣说佛法的。另外，关于佛陀示现圆寂的年龄，有些说是81岁、有些说是82岁、有些说是80岁，这在《大毗婆沙论》当中说得比较清楚。

关于这一点，在《大车疏》中引用了《涅槃经》《八大佛塔经》和《大毗婆沙论》的观点。《大毗婆沙论》的观点是小乘基本一致认同的，其中讲到：佛陀没有出家的时候，在王宫里面生活到29岁，然后分别在哪些地方待了多少年，比如舍卫城、王舍城，在这些地方待的时间是最长的。大家去印度朝拜的时候应该也是清楚的。

你们去印度朝拜的时候，一个是尼泊尔的蓝毗尼——佛陀降生的地方很重要，第二个是金刚座菩提伽耶——佛陀成就的地方很重要，然后转法轮的地方很重要，最后涅槃的地方也很重要，这几个地方一定要去朝拜。还有更重要的那烂陀寺，我去那烂陀寺的时候特别伤心，一直在那里哭着。

当时我们朝圣的时间比较紧，有一个堪布他自己是印度人，经常朝拜那里，所以就把时间安排得特别紧，他经常说："快快快，可以了，简单发个愿就走了！走了走了！"但我们好不容易到那里，想好好念个《普贤行愿品》，法王也觉得应该好好发愿，但是堪布南卓觉得，对他们来讲经常有朝拜的机会，好像就无所谓："反正朝拜过就可以，我们走吧，我们走吧……"所以当时我们朝拜每个地方都比较匆忙，好像就拍个照片。

我当时还比较年轻，一直觉得拍照片最重要，就先去拍照片。结果到了鹿野苑的时候，法王也批评："你们每次到了一个地方，不重视发愿，先拍照片……"我去朝拜的时候还是有很多的情况。

总而言之，没有依止善知识的话，不能从轮回当中得到解脱。《大方等大集经》中也说了："远离善知识，不闻清净法，轮回生死中，为诸结所缚。"这里讲得很清楚，我们如果远离了善知识，没有听闻清净法的话，那永远都是在生死轮回当中被贪嗔痴等一切结、一切烦恼紧紧地束缚着，始终都不能得到真正的解脱。

反过来说，如果我们精勤地依止善知识，整天

都是以很欢喜的心来听受佛法的话，那三界轮回的苦海是有办法越过的，所有的贪嗔痴等九个结[100]、三个结[101]会很容易消除，这是最好的。《俱舍论》里面所谓的“结”是一种障碍的意思，就像我们经常说的“解不开、纠结”。

下面讲，要追循前辈大德好好地依止善知识。

丙二、追循前辈依师之教言：

为息无始时串习，以及意惑而求法，

如同善财与常啼，无有厌倦依上师。

“为息无始时串习，以及意惑而求法，”那么我们求法是为了达到什么样的目的呢？是为了息灭无始以来所积累的各种各样的无明习气，还有相续当中意识形态的贪嗔痴等烦恼。也就是说，我们要息灭烦恼、息灭无明、息灭业障，为了断除这些，真正见到自心的本来面目，真正能获得即生当中的成就等而求法。

其实我们现在很多的“美好”，背后不一定是很美好的；我们现在认为真正实有的东西，都不一定是实有的。通过真正的真理能见到自己心的本性，通过善知识的加持和自己的努力，在因缘聚合的时候获得开悟、获得解脱，才是真正的生活目标。为了达到这样的目标，我们要求法。

“如同善财与常啼，无有厌倦依上师。”求法的过程

[100] 《俱舍论释》：“结有九种，即贪、嗔、慢、无明、见、疑六种根本烦恼，再加取结、嫉妒结与悭吝结。”

[101] 三结：坏聚见、戒禁取见、怀疑。

当中，一定要以常啼菩萨、善财童子、米拉日巴、玛尔巴罗扎、智悲光尊者和法王如意宝作为榜样，以三喜来依止善知识，然后苦行，不生起任何的厌倦。

我想善财童子的公案倒是不用在这里讲，《大车疏》里面说，善财童子依止了文殊菩萨等善知识，两次依止五十四位善知识，总共有一百零八位善知识[102]；《八十华严经》里面讲，他依止了一百一十位善知识；其他一些经典当中讲到善财童子五十三参、五十五参——有五十五位善知识；有些经典里面说，善财童子去了不同的地方，有一百多个城市，但是依止上师的话，刚开始是文殊菩萨，到最后是弥勒菩萨、普贤菩萨，最后见到了普贤菩萨所有的坛城。

善财童子在依止善知识的过程当中，遇到了非常有智慧、非常没有智慧的各种各样的上师，但不管怎么样他都观清净心，一直如理如法地依教奉行，这是善财童子的依师方法。

还有常啼菩萨的公案，《前行》里面讲过，汉地的《般若经》里面也有，我以前也看过，整个情节基本上都是相同的。他要去依止法胜菩萨，中间也有非常漫长的经历，包括为了供养上师卖自己的身体，后来商主之女和五百个人跟他一起，前往东方去寻找上师。刚刚到那里的时候，法胜菩萨就开

102　《大圆满心性休息大车疏》："应当像善财童子与常啼菩萨那样寻求正法，乐源城商主坚财之子善财走遍南方一带，恒时求法，依止了文殊童子等授记并加持的五十四位上师和随学彼等教言的五十四位上师，共一百零八位上师。"

始入定，在后来的七年当中，常啼菩萨一直站着，等着上师转法轮，有些情节非常非常感人。

说实在的，我们依止善知识过程当中的一些苦行、忍行、观清净心，很多可能都是不足的。其实我们应该以法为主，这是很重要的。真正观察好了以后，认为这个上师跟佛没有什么差别的话，在以后的依止过程当中，一切的苦行、一切的批评都要转为道用来进行依止。有时候，上师可能显得有些不如法，在这种情况下也要依止。

我记得在玛尔巴罗扎的传记当中讲，有一个俄巴喇嘛，当时他要依止玛尔巴罗扎，他说："您给我讲一个甚深的窍诀，我把所有的身口意、财富都供养给您。只有一只母山羊没有供养，因为母山羊的脚不好，我从很远的地方把它牵过来有一定的困难，除此之外，我所有的财产都已经供养给您了。"

玛尔巴罗扎说："你一边说所有的身口意、财富都供养给我，一边说母山羊舍不得供养，如果母山羊你舍不得供养的话，我就不给你传灌顶和甚深的教言。"

俄巴喇嘛说："上师，我并不是舍不得供养母山羊，只是害怕您用不上。如果供养母山羊的话，我可能只有把它背过来，不然没办法。"

上师说："那你背过来吧，不管怎么样。"

于是他又翻山越岭到很远的地方去，把母山羊背过来供养上师。供养完了以后，上师就给他讲了

密法最甚深的窍诀。

后来玛尔巴罗扎说："其实这些供品对我来讲也没有什么用，一只山羊我也是不需要的。但是一方面为了创造一个缘起，另一方面，我也观察你依止上师的纯正心到底到了什么程度。"后来玛尔巴罗扎用满瓶倾泻的方式，把所有的窍诀都传给了他。

我有时候想，现在世间人依止善知识可能夹杂了各种各样的分别念。如果像公案当中那样要求的话，可能上师也接受不了，弟子也接受不了。米拉日巴最后离开玛尔巴罗扎的时候，玛尔巴罗扎说："我们两个之间是一种特殊的依止方法，以后我也不会让其他弟子像你一样苦行，你也千万不要像我这样，让别人做你这样的苦行修法，不然别人肯定接受不了的。我们两个是特殊师徒的依止方法。"

所以我想，很多人也不能装玛尔巴罗扎、米拉日巴、那若巴，因为不一定有那种境界，很多人也不能像他们的弟子那样，而是应该以一种比较无害、合理的方法，如理如法地去依止。

依靠上师的窍诀的确也是很重要的。如果没有上师的窍诀，可能我们看千经万论、学浩瀚如海的各种经论有一定的困难；有了上师窍诀的话，基本上就会知道到底怎么样修行，然后就依教奉行，这是很重要的。

我们以前也讲过吧，阿底峡尊者来到藏地的时候，仁亲桑波罗扎瓦对一切显密经论非常精通，当

时阿底峡尊者逐一问他问题的时候，他都对答如流，尊者说："哇，你真的很有智慧！如果你在藏地的话，我来藏地都没有必要了。"尊者又问："那你对这样的显密经论怎么修？""噢，按各自论典的要求来修。"阿底峡尊者说："我还是有必要来这里。如果按各自论典来修的话，那都是没有办法的，一定要依靠上师的窍诀来修，上师会把经论的内容全部融汇、归纳，弟子按照上师的窍诀修的话，最后很容易成就。"

我自己也认为，在依止上师的过程当中，如果没有上师的窍诀，也许遇到了佛法，也许出了家，但是恐怕真正的、最根本的佛教要诀，包括菩提心、大圆满的觉性，显宗当中的出离心、智慧等关要的问题就不会归纳；如果没有归纳的话，佛法如是广大无边，我到底要抓住什么样的重点呢？是很难知道的。所以还是需要以无有厌倦心的方式来希求正法。

最后一个颂词无垢光尊者是这样讲的。

甲六、回向本品善根：

利行帝释琵琶声，善缘者闻成甘露，

令依恶师邪道者，疲劳心性今休息。

"利行帝释琵琶声，善缘者闻成甘露，"最后总结的时候讲了四摄：利行、布施、爱语和同事。四摄是一个善知识摄受弟子的最好方法。颂词中的"利行"是四摄当中的代表，其他的三种实际上已经间接说明了，下面也有教证来说明。

以上讲到的教言相当于帝释天的琵琶声，有缘者听了之后会当成非常有意义的、像甘露一般的法语——我们前面依止善知识的所有窍诀，就像帝释天放的音乐，非常动听。

“令依恶师邪道者，疲劳心性今休息。”以前我们在漫长的轮回当中，可能依靠其他邪师、恶知识的指点，特别特别劳累。很多人已经依止了别人很多年，最后学了《大圆满心性休息》第五品之后，觉得：“我以前太累了、太没有意义了，真的太累了！”那么，我们现在在如来的花园当中，自己的心依靠善知识非常有意义的教言获得了安宁和休息。

所以我也特别希望，很多道友在将来的生活当中，一定要如理如法地依止善知识、如理如法地修行。因为我想在今年上半年把后面部分告一个段落，所以时间可能稍微赶了一点。按理来讲，我发挥得细一点更好，但是利根者应该是比较明白、清楚的。所以，希望大家以后再三地看《大圆满心性休息大车疏》的教言，这样非常有意义。

无垢光尊者这样的教言真的是像天人的音乐一样。在漫长的轮回当中，我们原来被其他邪魔外道摄持而特别疲劳、痛苦、烦恼，今天听到这样的音乐声之后，我们感到畅心愉悦，可以自由自在地获得无量的甘露妙法，特别地有意义。

《大圆满心性休息》第五品已经圆满结束了，我从开始到现在讲了三十五堂课。今年上半年大多数人坚持得还可以，我每天都看网上有多少人，有

些人基本上从开头到现在一直没有间断，甚至出差的时候也一定要想办法在有网络的地方听课，非常重视的。有些人断断续续的，就像我们最近的网络一样，今天听、明天不听——今天心情好的时候、跟家人没有吵架的时候打开网络听一听，心情不太好的时候就不听，也有这种情况。但总的来讲应该是比较可以的。本来刚开始的时候，网络上有少数人听，后来稍微有点开放了。

《心性休息》准备暂时告一段落，在这里要特别感谢直播过程中的发心人员。我们学院当中有一部分道友也特别累，而且他们特别紧张，有时候没有网络，我看他们就手忙脚乱的。我有时候也爱批评——没有网络的时候批评我们的工作人员，其实我也不应该批评他们，网络没有、线在空中已经断了的话，他们也没办法的，要跑到卫星上也有一定的困难。的确我们学院当中有相当一部分道友，在前后做了许许多多的准备和工作，我也知道，各个地方也有很多发心人员。

可能你们很多人觉得："啊，听法很容易的！所有人都应该给我无条件地提供方便。"其实这是一种幼稚的想法。我们开一个法会也需要多少个人来筹办，十个人或者一百个人开两三个小时的会议也需要筹备很长时间，更何况像这次金刚萨埵那样的法会。可能一般的人不一定有这个能力，不一定开得起，不一定有这个心愿。如果不是很坚强，没有像法王如意宝那样非常伟大的心力的话，可能两三次当中，看到大家都在开的话，他也会开，但是

时间长了以后，很多事情是有压力的，在这种压力面前，很多人不一定愿意做。

在这次直播的过程当中，的确也没有遇到特别大的违缘，特别感谢护法神、空行众，还有很多无形当中的“发心人员”——我相信有很多眼睛看不到、耳朵听不到，但是心里能感觉到的，尤其是对我多年以来、生生世世非常关注和关心的一些特殊的某某护法神，特别感谢！

我自己觉得，人生当中能做出一两件有意义的事情是很难的。也许对你们来讲，对佛法有信心的人来讲，光是《大圆满心性休息》从开始到结尾圆满听闻的话，你即生当中变成一个佛教徒应该没有任何问题。因为，《大圆满心性休息》是藏传佛教宁玛派非常重要的真正显密圆融的道次第论，这样的殊胜窍诀，我想如今在这个世界上的其他地方如何寻找也是得不到的。这是我发自内心的想法。

今天，凡是值得感谢的所有人和非人，包括一些阿修罗等，感谢你们的监督、感谢你们的支持、感谢你们的配合、感谢你们的护持、感谢你们的维护、感谢你们的弘扬、感谢你们的传播、感谢你们的加持……（众笑、掌声）

第三十六课

思考题：

【知识类】

1、请按照显宗、密宗的不同说法解释因皈依、果皈依。

2、因皈依中，皈依之人有哪三种？他们的皈依戒分别会持续到什么时候？

3、有些人认为：“只需要皈依佛宝，不必皈依法宝和僧宝。”这种观点是否正确？为什么？

【修行类】

1、依止善知识和皈依有什么先后次第？若未遵循此次第，在修行上会有什么过患吗？

【生活类】

1、为什么三宝是真正的皈依处？你打算如何劝别人皈依？

2、皈依三宝的居士是否属于僧众？了知此理后，你打算如何对待周围的道友？

下面接着讲《大圆满心性休息》，上个阶段最后一堂课是2015年5月21号，当时我们刚好讲完了第五品——依止善知识。前面讲的人身难得、寿命无常、轮回过患、业因果、依止善知识这五品很重要。

我这次也很高兴，很多人以前对佛法的次第从来没有那么认真地学过，这次已经系统性地把前面的人身难得到依止善知识之间的内容很认真地学

了。

一般来讲，我们先要认识到人身很难得，而且难得的人身很快就会无常的——光知道难得不行，还要知道它是无常性的。知道人身的无常以后，你可以从两个方面理解：人死了以后并不是什么都没有，还是要随着业力流转——善有善报、恶有恶报；随着业力流转的时候，就有六道轮回。这些道理以及后面的皈依、发心等所有道理，我们都要依靠善知识的引导才能明白。在座的人都知道，如果没有善知识的引导，我们学法就要面对千经万论，浩如烟海、很难归纳。

我们现在依靠上师三宝的加持和自己的福德力，遇到了这样的因缘，懂得了前面的四种修行——人身难得、寿命无常等共同四加行。而依止善知识品当中讲，善知识是引导者，他给我们指示、指点。接下来我们要懂得皈依，包括皈依的仪式、对境、皈依的人，还有皈依的时间、成果和功德等很多道理。

对于这些道理，很多人觉得自己应该是懂的，因为“我已经皈依二十年了”，“我已经皈依三十年了”。但是有些人在系统性学习的时候会发现，自己不一定懂真正的皈依是什么，皈依后的任务是什么、该做什么。所以这些方面还是需要系统地学习。

今天讲到，一切大乘佛教的基础是皈依，要讲皈依的方法、真实皈依、皈依的功德等，从几个方面来宣说。

第六品 皈依

一切大乘道之前行或基础皈依品分三：一、宣说入大乘道之方法；二、别说真实皈依；三、回向本品善根。

甲一、宣说入大乘道之方法：

如是谨依上师后，当渐修学解脱道。

前面依止善知识品当中讲，先要依照善知识的法相来观察善知识，好的善知识我们要依止，不好的恶知识要远离等，这些道理都讲得很清楚。知道了如何依止善知识之后，我们应该怎么做呢？要真正地去皈依。

现在很多人好像在没有依止善知识的时候就皈依了，他们也不知道什么叫做皈依。一般来说，依止善知识之后，一定要有次第地修学——“当渐修学解脱道”。

解脱道不是没有任何次第的，不是刚皈依完就直接进入禅修。很多人都不了解禅宗的真正道理，自认为是六祖、三祖、达摩祖师的根基，好像一参就什么境界都有了，其实也不是这样的。你可以坐禅，也可以安住，可是……有些人认为：“我要去藏地最大的上师那里修最大的法，得到一个最高的境界，那我就成了一个最了不起的修行人、瑜伽士……”其实也不是这样的。我们的想法都是很好的，但是如今在末法时代，99.9%的人都是渐次根基，并不是顿悟者。顿悟者非常罕见！有应该是有的，但是这种“有”并不常见，所以我们最好次第

性地修法。

无垢光尊者在《大圆满心性休息大车疏》中也引用了《涅槃经》说："犹如梯级般，我之甚深教，亦当渐勤修，渐次非顿超。"佛法就像梯阶一般——爬楼梯的时候要一级一级地上去，并不是一下子就飞过去了，同样，佛法也应该渐次地修行，并非顿超。

所以，大家都要观察自己，看自己是不是真的过目不忘，或者内观自心，看自己是不是禅修、密法的加行等都不用完成，直接找一个上师，上师欢喜马上给你讲一个窍诀就可以了。很多人都经常这样说："您可不可以给我讲个窍诀啊，我给您多供养一点。"其实这跟供养没有关系啊，跟其他任何事都没有关系，就是要自己修行！修行到一定的时候，自己的根基就比较成熟了。我们的相续就像孩童一样，孩童的成长需要老师一步一步地教导。

所以，大家一定要懂得修行的次第，不要好高骛远，认为一下子可能就有验相了。有些人修了几天、几个月、几年之后没有什么感应，就不断地换上师、换修法，其实这并不是很好的。应该先用自己最好的智慧去观察，最后找到的这个法门，最好一辈子当中不要换来换去。有些人可能是喜新厌旧吧，不断地换法门，结果发现，要适应每一个法，从开始、到中间、到最后都需要一个过程。所以我想，我们短暂的人生当中可能没有那么多时间和精力，因此应该很稳重、认真、坚固地去修行，要修的话，就一辈子都修！

我看到藏地很多老法师和高僧大德，他们修的法都是一辈子在修，从来没有今天修这个、明天修那个，一直换。他一辈子当中，把听到的每一个窍诀，都当作非常甚深的金刚语！并不像现在有些人那样，把《大圆满心性休息》里面的文字看成跟报纸上的文字一样："这里也有文字，报纸上也有文字，一样的。"还很好奇地想："哦，这里说的是什么？"而我们读报纸的时候可能是这样，比如我经常在坐飞机的时候看一下报纸，看完了就可以了，就没有了，但金刚语是不相同的。

表面上看来，宝珠和一般的假宝有相同的颜色和重量，但实际上，它们的价值和力量是完全不相同的。所以一定要想到，佛法当中有一些真正的道理。

甲二（别说真实皈依）分三：一、因皈依；二、果皈依；三、皈依之利益。

乙一（因皈依）分四：一、皈依之人；二、皈依时间；三、皈依对境；四、真实皈依。

所谓的皈依，在这里讲得比较清楚。人们经常说："你皈依了没有？""我早就皈依了！我二三十年前皈依的，你还没有来到这个世界的时候，我都已经成为了一个非常好的佛教徒！"（众笑）但实际上，你是真正的佛教徒呢，还是……可能也要观察。到底什么是皈依，皈依有哪几类，皈依的时间、对境是什么样的，这些都要去分析。

现在很多人根本不想这些，只要办一个皈依证

就可以。“上师，您给我皈依一下，您给我办个皈依证！办个皈依证的话很方便，去朝四大名山的时候不用钱，这也是很好的；我经常到寺院去烧香拜佛、求发财，没有皈依证就需要花钱，有皈依证就不用花钱。”他办皈依证的目的就是不花钱，这样也不好，对吧？

丙一、皈依之人：

诸道基础为皈依，诸小士夫畏恶趣，

中士声缘畏三有，大士现见轮回苦，

不忍他苦畏寂乐，大乘佛子为众生，

皈依三因三意乐，平凡殊胜及无上。

这个颂词字面上很容易懂，但是也希望大家一定要认真去领会它的甚深意义。

“诸道基础为皈依，”皈依是一切道的基础，不管是小乘道也好、大乘道也好，密法也好、显宗也好，所有的道都要以皈依为基础，就像我们要砌一堵墙的话，墙基是基础一样。

皈依的人有三种不同的层次，有下等人、中等人还有上等人。佛教里面通常称之为下士道、中士道、上士道，也就是说比较低层的人、中层的人和高层的人。

“诸小士夫畏恶趣，”这里讲，小士道的人即低层皈依者，他非常害怕三恶趣，为了不堕入地狱、饿鬼、旁生当中并获得人天福报而皈依。这是畏惧三恶道者的皈依。

“中士声缘畏三有，”声闻和缘觉，是自己想获得解脱和寂灭而皈依，因为他们害怕永远沉溺在三有当中被业和烦恼一直束缚着。

“大士现见轮回苦，不忍他苦畏寂乐，大乘佛子为众生，”而一些上层的人看到轮回多么多么痛苦，众生被八苦、三十二苦等折磨着，他们就特别难受——难受并不是为自己，而是因为看到身边及三界轮回中的众生感受痛苦，所以就非常难忍。

而且，他又特别害怕自己不敢度众生，像声闻缘觉一样，只是自己趋向寂灭的涅槃和解脱。所以，大乘佛子是为了一切众生而皈依的，这一点很重要。

今天网上听课的和现场的道友，出家人和在家人，可能有些人皈依了很长时间，有些人刚刚皈依，有些人还没有皈依、正想皈依，有些人还不想皈依但今天在听课——到喇荣来旅游的有些人可能不想皈依，但是想看看：“这个法师到底讲得好不好，我试一试，听听感觉怎么样。”我又不是给你讲的。你对我试一试，我也对你试一试。（众笑）

刚才讲了，皈依的人有三种，不管你身上穿着出家衣服还是没有穿出家衣服，都要扪心自问：“我是不是一个佛教徒？如果是佛教徒，就要在内心当中皈依三宝。而且皈依三宝有三种层次，如果我自己很害怕三界轮回，为获得人天福报而皈依的话，那我是比较下层次的人；如果我连三恶趣都不承认，对于地狱、饿鬼都是半信半疑，皈依也只是为了即生当中获得福报，那我连下士道都不属

于。”

我觉得现在寺院里面烧香、拜佛的很多人三士道都不属于，属于比下士道更下一层的。因为他们不承认前世后世、业因果，只是听说在即生当中祈祷佛陀会得到保佑，所以他们的目标就是“愿保佑我健康、保佑我平安、保佑我得子”等，那他们就不能包括在这三种层次的人当中。

中层的人，他自己想获得解脱：“轮回都是苦海，我应该为自己一个人获得解脱而皈依。”最上层的人，就是要度无量无边的众生：“我的皈依应该是为了度无量无边的众生。”

所以我们自己要想：我皈依的时候，是为了皈依证而皈依、为了皈依而皈依，为了自己解脱而皈依、为了下世不堕地狱而皈依，还是为了众生而皈依呢？还是这些都不是，只是表面上加入这个团体，但实际上内心当中从来也没有想过。这些情况也是有的。

“皈依三因三意乐，”因此我们首先要知道，皈依有三种意乐，前面两个都是为自己，为自己暂时的安乐和究竟的解脱而皈依，后面一种是为众生而皈依的。这是皈依的三种意乐，也是皈依的三种因缘——我是为度众生、为寂灭还是为不堕恶趣而皈依呢？

“平凡殊胜及无上。”前面的叫做平凡的皈依，中间为自己解脱的皈依叫殊胜的皈依，最后为众生而皈依的叫无上皈依。

所以，经常传授皈依的人也应该给大家讲清楚：这三种皈依当中你选择哪一个，最好是为一切众生而皈依；刚开始可能这种心没有那么切，但如果还是为了尽心尽力利益众生而皈依的话，那其他的功德也会自然而然具足。

如果我们真正这样皈依的话，功德是非常大的。佛在经中说，处于恐惧中的人，大多会皈依一些山、树林、殿堂、灵塔等，但实际上这些并不是真正的皈依处，真正的皈依处是三宝——佛宝、法宝、僧宝，依靠三宝的能力，三界当中的很多众生可以获得非常殊胜的果位。

《经律异相》当中也说过："诸有归命佛，不趣三恶道，受福天人间，后逮涅槃界。"如果有些众生皈依佛陀，他就不会趣入三恶道，而且会暂时获得人间、天界的一切福报，究竟获得涅槃。所以，我们唯一皈依佛陀的话，功德是不可思议的。

其实有些人可能还没有想得很清楚，因为对佛陀的功德、威力并不是很了解。经中说："何人皈依佛，诸天皆保护。"谁皈依佛陀的话，世间所有天神都会经常保护他。因此我们要想到，真正皈依的力量和加持的确是不可思议的。

有一部经叫做《大方等大集经》，其中也说："若有众生归佛者，彼人不畏千亿魔。"如果一个人皈依佛陀："我要皈依佛，南无佛！"或者心里面一心一意地想释迦牟尼佛、阿弥陀佛、宝髻佛等，他就永远也不会被各种违缘、魔障所干扰。

有些人经常说，"我身上有附体"，"我的事

业不是很顺利”，“我心情不好，可能有各种魔众干扰我、损害我”。其实，如果真正皈依的话，除了一些前世的定业，自己要以不同的方式来还债以外，世间所有的天龙、夜叉、魔众的损恼都是可以遣除的。

- **以巧方便劝皈依**

因此我们经常讲到，皈依佛陀的功德不可思议。在轮回当中、在世间当中，其他很多依处并不是很殊胜的。所以，我们如果暂时以一种方便方法来让别人皈依也是合理的。

佛经当中有这样的公案，一个施主有两个女儿，一个已经出家并获得了圣果，一个非常反对佛教，也根本没有任何信仰。长者施主特别疼爱这个不信佛的女儿，一直想办法让她皈依，但她就是不肯。

后来施主想出了什么样的办法呢？他看到，虽然女儿不皈依、经常诽谤佛法，但是她特别喜欢钱，于是父亲说：“你如果皈依佛的话，我就给你一千两银子。”她就答应了。后来父亲又跟她说：“你如果皈依法、皈依僧、受持五戒的话，我就给你八千两银子。”她又答应了。就这样，她为了钱已经皈依了，并且命终之后转生到天界去了。

转生到天界以后，她用天眼一看，知道了自己以前是为了钱而皈依的，但是这种皈依也是非常有意义的。然后她就从天界下来报恩，并在佛面前求法，后来获得了圣果。

所以，如果你身边有些人实在是不想皈依，那你就找出他的弱点，他喜欢钱，你就给他一点钱；如果你有各方面的能力，那就满足他的一些需求。原来我遇到一个企业的老板，他说："我们企业当中有一个人，他的能力是比较不错的，但是他一直对佛教有成见。我发现他特别看重地位，就私下跟他谈话说：'你如果皈依佛门，我可以把你的位子提升到项目经理。'然后他就答应了。"刚开始，他是为了得到地位而皈依的，但他确实也有一定的智慧，后来就变成了虔诚的佛教徒，并且也到处劝别人皈依。但他劝别人皈依的方法是什么样的呢？我没有再进行采访。

所以，皈依是非常重要的。我自己是发自内心这样想的：在茫茫人海中、在眼花缭乱的世界里，我遇到了各种各样的学问和知识，遇到了各种各样的人——上层的、中层的或者是比较低层的人，什么样的人都见过，但是我觉得，见到指点解脱道的善知识们，是终生最具有永恒意义的事；在所有的价值观当中，自己懂得了业因果、懂得了三宝真实具有的加持和力量，也是非常有意义的。

所以我有时候觉得，一方面，自己具有业和烦恼，并且依靠这个四大假合的臭皮囊而生活，是非常痛苦的；但另一方面，想到自己在人生当中已经遇到了真正的真理，也是非常荣幸的。因此我们皈依之后，一定要珍惜这种机缘，不要变成一个表面上的佛教徒。

表面上的佛教徒特别多，有些甚至依靠三宝搞

各种形式，用各种行为来玷污我们的佛法，这是非常不合理的，大家也应该注意。如果我们因为愚痴、烦恼重，在不注意的情况下染黑了佛法，可能还可以忏悔；但作为一个佛教徒，如果故意这样做的话，是非常不合理的，所以一定要观察自己的三门。

《大圆满心性休息大车疏》中还引用了《菩提道灯论》关于三士道的很多教证，希望大家课后一定要把《大车疏》读好、学好，这种机会比较难得。

以上是讲皈依的人。你们都是人，你们自己也想想：你皈依了没有，如果皈依了，那么是属于上士道、中士道还是下士道的皈依，是哪一个层次的？你自己对自己回答，对吧？“噢，我没有皈依，虽然我表面上皈依了，办过皈依证，但是我现在好像对皈依戒也很模糊。”这样恐怕不太好。皈依的对境是三宝，皈依的意乐自己来选择，皈依的人就是我们每一个人——这是皈依。

我觉得这样的次第闻思确实很重要，很多居士现在基本上懂得了皈依；以前没有闻思的时候，很多人都非常迷茫——虽然自认为是一个佛教徒，也在学习，但实际上并不是真正在学，而是一直在迷茫！

丙二、皈依时间：

时间亦随意乐转，小士后世乐果间；

中士暂时至死间，究竟声缘得果间；

胜士恒皈菩提间，获得无量智慧间。

“时间亦随意乐转，”下面讲皈依的时间。从今天开始皈依，一直持续多少年、多少时日，这个时间也是随着我们的意乐和发心而有差别。

“小士后世乐果间；”如果你是小士道，你的皈依会一直持续到后世的乐果之间——人天的果报现前之前一直存在。

比如说，你为了获得天人的果位、为了成为富贵的人而皈依，那么一旦得到这个果，皈依就已经过期了、没有了，因为你原来就是这样发愿的，所以皈依时间的延续也是随着你的意乐而定。

“中士暂时至死间，究竟声缘得果间；”如果你是中士道，为了获得声闻、缘觉的果，为了获得自己的解脱而皈依的话，那你中间可能要经过生死，最后在获得阿罗汉果位的时候，你原来皈依的时间也就到此为止了。

或者按小乘的说法，人有漏的身体是戒体的所依，《俱舍论》当中也是这样讲的，人死的时候，戒体也已经没有了。所以，中士的皈依暂时是到死亡的时候，究竟是到获得声闻缘觉果位之时。

“胜士恒皈菩提间，获得无量智慧间。”殊胜的大士、上士道的皈依是乃至菩提间，在获得“无量智慧”——佛陀的智慧之前，皈依的戒体一直不会消失。

所以，如果你前世是发菩提心而皈依的，那你即生当中不一定要皈依。比如说，你前世是某某大

德、某某居士，那个时候在某位大乘善知识面前已经发过愿：“我要生生世世皈依佛陀、皈依法宝、皈依僧宝。”那这样的戒体，在这一世乃至将来一直不会消失。所以从时间上讲，大乘的皈依跟小乘的戒律有点不同。

有些人可能认为“我的皈依戒是像小乘的戒体一样，到这一生结束为止”，而《文殊师利问经》中说过：“发誓至菩提，归依于三宝，受持十种戒，亦誓至菩提。”发誓皈依的时间是直至菩提间，皈依的对境是三宝；发誓受持十种戒律的时间也同样是直至菩提间。

所以，大乘佛教基本的思想和理念应该是非常相同的——大乘的皈依、受十戒、修六度以及做很多善事，发一次誓愿就可以。所以我在这里提醒大家，每一个人一定要发大乘心。《入菩萨行论》当中也讲过，发大乘的心，乃至菩提果之间一直不会耗尽，而其他的善根就像芭蕉树一样，一下子就没有了[103]，这个是很重要的。

因此我们要懂得什么呢？如果发了大乘菩提心，那么乃至生生世世，这样的心是不会改变的，这个很重要。否则，随着人身体的灭尽，皈依戒也就灭尽了，这是很可惜的。所以大家一定要懂得，以大乘菩提心摄持的皈依戒和没有以大乘菩提心摄持的皈依戒，有很大差别。

可能你们以前没有这样想过，很多人都是这样

---

103 《入行论》：“其余善行如芭蕉，果实生已终枯槁，菩提心树恒生果，非仅不尽反增茂。”

讲的："噢，我是要皈依佛陀，以前从来没有皈依过。"但是你怎么知道你以前没有皈依过呢？也许你前世确实皈依过，如果你前世是以菩提心摄持来皈依的话，那即生当中不皈依也是可以的，因为你已经有了从前世延续下来的皈依戒体。对于这一点，大家应该按照《心性休息》里面的内容弄明白。

丙三（皈依对境）分二：一、总说共不共皈依境；二、别说因皈依境。

丁一、总说共不共皈依境：

下面讲皈依的对境，有总说共不共的皈依对境和别说因皈依的对境。关于皈依境，这里有因皈依和果皈依的差别。

一切皈依境分二，共同因与不共果。

为因发誓因皈依，为果发誓果皈依，

显宗成就许他时，密宗成就今自心，

因相乘中说此理，仅名相同乃部分。

"一切皈依境分二，共同因与不共果。"字面意思是说，一切皈依的对境分为两种，一种是共同的因皈依对境，还有一种是不共的果皈依对境，即有因皈依的对境和果皈依的对境这两种。

"为因发誓因皈依，为果发誓果皈依，"那么分别怎么样皈依呢？显宗当中因皈依的对境是佛宝、法宝、僧宝，暂时来讲，我们要依靠佛法僧来完成解脱的重大使命；果皈依的对境是最究竟的佛果，即

法身果位——佛色身的究竟是法身。

密宗当中因皈依的对境，是各个仪轨、坛城里面所讲到的本尊、佛陀、佛法、僧众，包括得地的菩萨；密宗当中果皈依的对境，就是自己心的本来面目、法身的本体。

那么密宗是怎么样因皈依呢？我们如果要真正认识、达到自心的本来面目，或者说现前自心最究竟的自然本智的话，就要依靠修行各种坛城的三宝所依，这是因皈依的方法。

最后按照密宗不共的窍诀，安住于自心本来面目的境界当中，能现前自性法身的话，这就是果皈依的方式。

因皈依和果皈依，可能很多人不一定很懂，但是这个很重要的。有些人觉得："啊，皈依是很简单的，皈依佛、皈依法、皈依僧就可以了。"显宗当中会这样讲的。但是显宗里面所讲到的皈依，在密宗当中只是一部分的皈依。这里也讲了，因皈依是发誓皈依因，果皈依是发誓皈依果。

"显宗成就许他时，"也就是说，显宗承许获得最究竟的果位是在其他时候——"我现在好好地皈依，再过三个阿僧祇劫以后，我会获得佛陀的果位"，他是以这样的目标而皈依的。

"密宗成就今自心，"密宗承许在今生当中可以认识自己的心，也就是说，自己的心是佛，除了自心以外没有别的佛。

显宗与密宗，最究竟的意义实际上是一样的，

但是在说法和抉择方式上面，因皈依和果皈依也有一定的差别。所以，我们现在办一个皈依证是比较低层的皈依。

“因相乘中说此理，仅名相同乃部分。”因相乘（即显宗乘）当中宣说的这个道理，实际上只是跟密宗的皈依名称相同，它只是密宗皈依的一部分而已，并不是很完全。为什么呢？因为一般的显宗里面并没有提到对自心的皈依。

实际上，显宗到最后的时候，也讲自心就是证悟、自心就是觉悟，自心觉悟的时候已经到达了皈依的最究竟。《宝性论》当中也讲了，暂时的佛宝、法宝、僧宝都有一种欺惑性，并不是很究竟的。那最究竟的皈依处是什么呢？就是唯一的如来法身。而如来法身是依靠自心的力量而现前的，不会在另外一个地方找到。

因此我们一定要懂得，皈依当中的果皈依是很重要的。《大般涅槃经》中也说：“一切众生类，悉应自观察，自身如来藏，皆是三归依。”我们自己的心是如来藏，其实显宗里面也是有这个道理的。《大般涅槃经》里面说，一切众生类都应该观察自己，此时就会发现，自身的如来藏“皆是三归依”，实际上它是真正的皈依，这是非常重要的！如果我们没有懂得这样的道理，那皈依并不是很究竟的。

所以，我们在宣讲果皈依和因皈依的道理时，很多人应该好好地去了解一下，否则，二者的差别确实分不清楚。虽然这个道理在密宗里面讲得更殊胜，但是我刚才讲了，《大般涅槃经》里面也讲“

一切众生类，悉应自观察”，所有的众生都应该观察自己，自己观察自己的时候会发现“自身如来藏”，即自身当中、自心当中就有如来藏，而且如来藏“皆是三皈依”。

其实《涅槃经》跟密宗比较接近，是很高的一个法，因为佛在接近涅槃的时候，对最高的第三转法轮的教义讲得比较清楚。因此，《涅槃经》《苏悉地经》《无垢称经》（也叫《维摩诘经》），这些经典里面讲的跟密宗比较相同。

所以在座的各位，你对密宗不了解是情有可原的，但是千万不要轻易去诽谤，不然可能会造下非常大的罪业。尤其是有些人不懂什么是密法和密宗，可能人云亦云、随声附和地诽谤过一些密法的教言、密宗的大德以及密宗的佛像等，其实这些并不是他们所想象的那样。

《经庄严论》中也讲过，有些甚深的、不可思议的境界不是我的境界，我应该默默地发愿：虽然我现在对如来的很多甚深境界不能通达，但我不通达的不一定是不合理的，因为我的智慧非常有限。

很多人可能认为自己还是很不错的，但实际上并不是非常有智慧的，再加上对密宗和显宗的一些甚深教义不是很了解，可能连几部论典都不会背诵，让你讲的话也讲不透彻。这样的人，你有没有资格评论或者评价其他的宗派和教义?

所以，随意地开口直接诽谤密法、诽谤一些教法的话，过失是非常严重的。这样的人，往生极乐世界的机会也是没有的。往生极乐世界最大的障

碍，一个是造五无间罪，一个是谤法罪[104]，非常严重的。所以我们要懂得，自己一定要皈依三宝。

- **如理皈依**

在皈依三宝的过程当中，可能有些人是这样认为的："噢，我只皈依佛就可以了。其他的，什么法宝，各种各样的经函，我也看不懂，也不用皈依；僧宝我也没有必要皈依，我看现在的僧众有各种各样的，我对他们没有信心！所以我一心一意地只皈依我的佛陀，除此之外什么都不皈依。"

这种说法实际上也是不合理的，为什么呢？因为皈依三宝其实有不共的力量。《大车疏》里面也讲了：所皈依的佛宝，有法身、报身、化身这三身；所皈依的法宝，有教法和证法，我们后面还会讲的，教法和证法都要皈依；所皈依的僧宝，有大乘僧众和小乘僧众，有得果的圣者僧众和没有得果的凡夫僧众，凡夫僧众当中也有大僧众和小僧众——四个以上受比丘戒的人叫大僧众，沙弥、沙弥尼、优婆塞和优婆夷叫小僧众。我们原来也讲过，《心性休息》里面说，居士也是福田、也是众生皈依处。所以没有皈依的人，你们也可以把居士当做皈依的对境。

包括我们佛学院，开法会或平时的供斋，居士也跟其他僧众一样，可以接受一些供养、供品、斋饭。我们今天讲的《大圆满心性休息大车疏》的内容当中也会讲到，居士是小僧众。"僧众"不一定

---

104 《佛说无量寿经》："设我得佛，十方众生至心信乐欲生我国，乃至十念，若不生者，不取正觉，唯除五逆、诽谤正法。"

全是出家身份——对善法有一定的兴趣、意乐的群体可以叫做僧伽，而这个定义也有一定的界限，受了居士戒以上的人实际上是符合这方面条件的。

因此，从广义上讲，皈依三宝的人属于居士，因为有三皈五戒。最好先受三皈依，然后受持五种戒——如果能圆满五种戒的话，当然是最好的一个居士，如果不能圆满五种戒，能受持其中一分戒也可以。其中皈依三宝是基础，他的相续当中要有“我从现在开始皈依三宝”的想法。发自内心皈依三宝的话，从此之后，你也已经成了真正的居士。所以，居士有只是皈依三宝的，还有又受五戒的，有不同的层次。

总之，严格来讲的话，僧众是指戒律里面和其他论典里面所讲到的僧众；但从广义上讲，或者从另一方面讲的话，居士以上都可以属于僧众。

那为什么要这样皈依呢？按照一切有部的观点来讲，其实他们相续当中的善，也是值得人天所有众生皈依、皈命和依托的。因为善的力量——用我们现在的语言来讲叫做“正能量”——不管什么人，只要相续当中有，都值得大家恭敬、随喜。

事实上也是这样，某个团体当中有一个好人的话，这个好人的力量，不管在任何时候都能给大家创造一种快乐；如果一个人心坏的话，就会给大家带来一种痛苦。而皈依三宝和受持戒律的这些人，心里一定会具有一种善法，所以要皈依的时候，皈依三宝很重要。

以前提婆达多因为造了三个无间罪：出佛身

血、破和合僧、杀阿罗汉。后来他就堕入地狱当中，当烈火燃烧身体的时候，他感到非常难忍。原来他认为因果都不存在、佛陀说的全是骗人的，而这个时候他就不得不相信了，于是他说："我发自内心地皈依佛陀！"（其实，我们发自内心地皈依佛陀或者祈祷佛陀的时候，佛陀就会有形或无形地现前，来解脱你的痛苦。）这个时候佛陀就现前并告诉他："你光皈依佛不行的，还要皈依法、皈依僧，以后你才可以解脱痛苦。"然后提婆达多又再三地说："我发自内心地皈依法，我发自内心地皈依僧。"他皈依了三宝之后，佛陀就授记说："他将来会成为一个缘觉，叫做具骨缘觉。"

而有些人说："我只皈依佛，对法也不太想学习，对僧人也没有什么信心，所以不皈依。"这个说法是不对的。按照《俱舍论》的观点，我们心里面有一种善的种子或力量，这个是皈依。有一部分人认为，阿罗汉也好、出家人也好，他们的身体都是有漏的，所以不是皈依的对境，而应该皈依无违道法的善心，也有这样的说法。而所要皈依的法其实是教法和证法，谁具足这些我们就应该皈依谁。就像一个人要离开一个恐怖的地方，就要寻找一个比较可靠的人引路，这是明智的选择。

同样的道理，我们在三界轮回的苦海当中，依靠自己的力量是无法渡越的，需要像佛陀一样的引导者；光有佛陀一样的引导者也不行，佛陀令我们解脱的最好方法就是传法，我们要依靠他的法来寻找解脱；这个时候，独自一人还是不行的，还要依

靠僧众的力量——要有一些志同道合、相续当中真正有佛法的人，我要皈依他们，这样的话，我们都会有一种力量。

我们不要认为皈依是佛教的一种说法，其实在世间当中，希求任何一个思想或真理的时候，也有一种皈依。比如说，在一个学校里面，教育的精神要传递给人，那这个教育是谁掌握的呢？是老师掌握的。老师掌握的话，是不是老师的身体很重要，老师的身体要特别漂亮呢？也不是，是他所讲的课很重要。讲课光有一个老师和一个学生就可以吗？并不是。还要有老师和学生的团体。有了这些综合的因缘，我们才会把学习完成、把教育的精神传递。这其实也是依靠人、依靠心灵、依靠法本，还要依靠其他一些人的力量才能完成的。

因此，对于皈依真正的含义，我希望大家从正面来了解，这也是很重要的。

第三十七课

思考题：

【知识类】

1、请解释：因皈依对境中的三宝、教法、证法、十二部经典、六种续部、总持、五道、十地、外僧、内僧、四种持明。

2、显宗和密宗对果地的承许有什么不同？哪些法属于果地的证法？

【修行类】

1、什么是在家菩萨的“出家”？你打算如何实现？

【生活类】

1、结合本课的公案说明，为什么需要对周围的人观清净心？

今天我们讲的是皈依三宝，前面讲了因皈依和果皈依之间的差别，今天特别宣说因皈依境。

丁二（别说因皈依境）分三：一、总说三宝；二、别说法宝；三、别说僧宝。

戊一、总说三宝：

有缘三宝因皈依，佛为化身相好饰，

一切佛法分二种，其中无垢之教法，

种种经续乘之义，显现经典文字相。

我们在座的人，除了极个别的以外都是皈依三宝的。大家都会说：“我皈依佛、皈依法、皈依僧。”但是，到底佛是什么样的、法是什么样的、

僧是什么样的？这一点可能有些人比较清楚，有些人不一定清楚。所以趁这个机会，大家至少也是懂得了："噢，原来我皈依的是这些，而不是其他非常神圣的东西。"

"有缘三宝因皈依，"因皈依的时候，对境是存在的，有缘的三宝即是因皈依的对境。

那么，因皈依当中有哪三种皈依境呢？

"佛为化身相好饰，"首先是皈依佛。一般来讲，佛是像释迦牟尼佛、药师佛、毗卢遮那佛等那样，显现三十二相、八十随好的非常圆满、庄严的身相。佛在我们所化众生面前显现的就是化身佛，即具有相好的佛。

"一切佛法分二种，"一切佛法分为两种：一种是教法，一种是证法。

关于教法和证法，世亲论师也说过："佛之妙法有二种，教法证法之体性，持教法者唯讲经，持证法者唯修行。"佛法可以分两种，一种是教法，要通过讲经说法来了知。我们要受持教法，就要听经、闻法；要弘扬教法，就要给别人讲述佛教的道理，这个很重要。

我那天也讲了，我们学院当中出来的一些法师，包括尼众当中也有一些法师……今天有一个在学院待过很长时间的尼众，说是在外面讲经说法，我忘了问有多少眷属，可能不是很多，但是不管有多少，至少为他们介绍三宝、业因果应该是可以的。

现在有些出家人，经常有很多居士跟着，居士跟着也是可以的，给你带包也好、拿手杖也好——有些拿着大包、小包，有些拿着你的鞋，有些扶着你，怎么样都可以的。但最重要的是，你对你的随顺者、跟随者、粉丝应该有教法的传递，这个很重要。

否则，你让这些徒弟天天给你带东西、做饭，就有点对不起他们了。虽然你穿了僧衣，但是你如果没有给他们讲一些佛教的道理，他们连基本的皈依三宝也不懂、发菩提心也不懂，那不合理的。

当然有些人可能害怕自己没有资格传法，但实际上，你只要是真心真意的，不是为了钱财和名声，就是以很真诚的心态为他们教授的话，不会有很大的过失。

所以，受持教法和证法，实际上应该这样来理解。

“其中无垢之教法，种种经续乘之义，显现经典文字相。”其中无垢的教法是什么呢？教法包括各种各样的经典，下面也会讲的，有显宗里面大乘小乘的经典，还有密宗的续部，这些意义显现为经典文字的相。

我们现在看到的这些文字相都是教法，汉文、藏文、英文、蒙古文、韩文、日文，不管是什么文字相，经典和续部里面的意义都可以通过它显现，这个是真正的教法。

我们先了解总法——总的皈依三宝的时候，首

先把佛当作所依。《大乘义章》里面也说过："依佛为师，故曰归佛。凭法为药，故称归法。依僧为友，故名归僧。"皈依佛、皈依法、皈依僧这三者，把佛当作你的依靠，法当作你的妙药，僧众当作你的伴侣，也就是说在菩提道当中，僧众是不可缺少的。

我希望佛教徒应该懂得什么是三宝，一定要原原本本地按照经典和论典所讲的那样去解释三宝。现在有些人连三宝的概念也是乱解释、胡说八道，有时候根本没有解释其中的意义，自己在凭想象去说，对它的教义根本不懂。

那什么是佛宝呢？佛宝就是相好庄严的佛陀。他显现成什么呢？就是现在的一些佛像，即使是木头做的。就像《亲友书》开头所说：是智者的话，即使木头做的佛像也会顶礼的[105]。这里面有甚深的意义。

因此我们要知道什么是佛宝、法宝和僧宝，这个很重要的。以上是总说三宝，下面是别说法宝。

戊二（别说法宝）分二：一、教法；二、证法。

己一（教法）分二：一、因法；二、果法。

"皈依师、皈依佛、皈依法、皈依僧"，藏文中说："喇嘛拉嘉森且奥，桑杰拉嘉森且奥，却拉嘉森且奥，根登拉嘉森且奥。"这个我们都会念。那"皈依师"到底是什么意思？"桑杰拉嘉森且

---

[105] 《亲友书》："佛像纵然以木雕，无论如何智者供，如是我诗虽拙劣，依妙法说勿轻蔑。"

奥”中的“桑杰”，即“皈依佛”中的“佛”，指的是什么？“却拉嘉森且奥”，“皈依法”中的“法”到底是什么呢？在这里已经讲了，法指的是教法和证法。下面会讲，教法有因法和果法，这些概念作为佛教徒一定要明白，这次讲得很系统的。

庚一、因法：

皈依法当中，法有教法和证法，教法有因法和果法两种，科判和颂词一定要对应好。首先是讲因法。

彼即经典十二部，契经应颂记讽诵，

自说因缘喻本事，本生方广希论议。

“彼即经典十二部，”皈依法的时候，我们经常讲，法是三藏十二部经。

其实现在有些学显宗的佛教徒，只懂得皈依教法里面的因法，而对果法——密宗的部分不懂。所以，只学显宗、不学密宗的话，其实皈依三宝当中的皈依法宝就不是很齐全的。

你们学过理论的人应该是非常清楚的，这里讲到的显宗十二部经，并不是指《华严经》《楞严经》《涅槃经》等十二部经典。而是说，佛陀在宣说佛经真理的时候使用了不同的方式，当然本来是有各种各样的方式或形式，但总的来讲有十二种。就像藏文化当中的诗学，要么是长行文、要么是颂文，要么是长行文和颂词结合在一起，这叫做诗学的三种文采形式。同样的道理，十二部经典是说有十二种不同的描述方式。什么样的描述方式呢？这

里根据《月灯经》来讲述[106]。

“契经”，首先是契经，契经一般是长行文、散文形式的。

比如说，有些经典里面基本上没有颂词，全是长行文的形式。像《大般涅槃经》《毗奈耶经》等很多经典，除了极少数的颂文以外，全是长行的散文，这叫做契经。

“应颂”，应颂基本上都是又有长行文、又有颂文。

佛陀先讲一部分长行文，就像《普贤行愿品》，前面有一部分长行文，后面有一些颂词；《普门品》后面也以一些颂词来介绍。这叫做应颂。

“记”，然后是记别。佛陀在有些经典中，已经对大乘、小乘的圣者将来出现于世、转法轮等进行了授记。

比如说《文殊根本续》里面，专门授记了很多印度和藏地的大德来到这个世界，包括龙猛菩萨、静命菩萨、寂天菩萨、月称菩萨、无著菩萨等。有些小乘经典当中也讲，在某个时代当中出现什么样的佛。这些关于授记方面的经典叫做授记经，也就是记别。

“讽诵”，整个经文全都是颂词，没有长行文。

像《法句经》等个别经文，全是以颂文方式来宣说，没有别的方式。

[106] 《大圆满心性休息大车疏》：《月灯经》中云：“契经、应颂、记别、讽诵、自说、因缘、譬喻、本事、本生、方广、希法、论议称为经部。”

“自说”，佛陀根据因缘的成熟，自己宣说佛经——前面没有什么因缘，也没有什么祈请者，佛陀直接讲。

像《阿弥陀经》等有些经典，就是佛陀直接宣说的。

“因缘”，还有一些叫做因缘。佛经的前面有不同因缘的描述，说明了为什么要讲这部佛经。

像《观经》的前面就讲了一些因缘，即频婆娑罗王的整个经历，通过这个因缘，后来这部经典出现于世。

“喻”，这些经典里面讲了很多譬喻。像《杂譬喻经》，就是用很多比喻来说明一些事实。

“本事”，是宣讲佛陀弟子的一些经历、教言等，这些都讲得比较清楚的。比如说，《法华经》中的《药王品》，就讲述了药王菩萨的一些功德。

“本生”，还有本生经，就像《白莲花论》里面的公案一样，实际上是佛陀自己描述“我在某个时代当中变成了什么样的众生，那个时候我为众生布施头目脑髓”等，讲述了这些经历。

“方广”，宣讲大乘佛教非常甚深、极其广大的一些道理。大乘的很多经典叫做“方广什么”，如《方广大庄严经》。

“希”，还有希法。佛陀在宣说佛经的时候，有时出现大地震动；有时佛陀的眉间放出光芒，遍于整个三千大千世界，再收回于自己的白毫处，等等。

“论议”，最后一个叫做论议，即通过问答、论证的方式宣说甚深的道理。就像《四谛经》中，有些甚深的道理，是佛陀和弟子以问答的方式或者是进一步宣说的方式来阐明的。

所以，我们以上所讲到的这些经典，实际上就是佛陀以不同形式来宣讲佛法。凡是以十二种形式为主而成文的经典，我们都应该皈依，因为这里讲皈依的对境是三藏十二部经。

当别人问“十二部经是什么”的时候，大家不要说：“噢，十二部经就是《华严经》《涅槃经》《金刚经》……”就像把噶玛巴红帽和黑帽算在十八种地狱里面一样，这样也很不好的。

前一段时间有一个人，别人问他：“三宝是什么？”他说：“是红宝石、蓝宝石……”那还不如说七宝好一点，《阿弥陀经》里面不是讲七宝吗？

以上是因法，下面讲果法。

庚二、果法：

刚才讲了，教法当中一种是因法，一种是果法。因法就是十二部所摄的所有经典。虽然只说了十二部经，没有直接说论，但是间接来讲，论典实际上也不离开这十二种形式，所以间接也说明了论典的形式。

一切续部分六种，事行瑜伽苦行续，

智慧方便及无二，父续母续无二续，

即是内密大瑜伽，彼字书籍等果法。

“一切续部分六种，”这里主要讲的是密法，果法实际上是密法。果法的一切续部归纳起来有六种，包括外续和内续。

“事行瑜伽苦行续，”外续有事续、行续、瑜伽续三种，这叫做苦行续。因为它是通过苦行——清洁、沐浴等来修行，非常着重身体的清洁和外在的形式，所以叫做苦行续。

“智慧方便及无二，父续母续无二续，即是内密大瑜伽，”内续有父续、母续、无二续这三种。按照格鲁派的一些讲法，有《密集金刚》《时轮金刚》《喜金刚》等，是这样来分的。按照宁玛巴的分法，密法分为玛哈约嘎、阿努约嘎、阿底约嘎这三种。玛哈约嘎以方便为主，阿努约嘎以智慧为主，阿底约嘎以无二为主。这个道理在《大圆满心性休息》后面的第九品、第十品当中也会涉及到。

“方便”“智慧”“无二”，分别为父续、母续和无二续，这是内续部的分类，这三种续叫做内密瑜伽，刚才前面讲的叫做外密瑜伽。内密瑜伽不需要特别大的苦行，通过内在智慧和方便的观修就能获得成就。

现在所谓的“藏密”，大多数讲的都是内密当中的一些修行方法；唐密是外密，即事续和行续里面的一些密法。

“彼字书籍等果法。”所有外密和内密的内容也叫做六大续，六大续的内容显现为文字相和书籍相。

比如说藏传佛教当中的论典《七宝藏》，续部

里面有十七大续部或者是宁玛大续，《大藏经》当中也有很多很多的续部，包括汉地的密藏里面也有特别多的续部。有些汉地的续部没有直接称为“续”，像《苏悉地经》等都称为“经”，但实际上也可以属于续部的。这些叫做果法。

以前有些学汉传佛教、不懂藏传佛教的人说：“啊，密法是非法，不要学密法、不要学密法！”这是直接排斥果法。排斥果法的话，实际上他自己确实非常危险的，是谤法罪，大家都知道。

所以我们应该先精通理论，这非常重要。否则，有些佛教徒可能认为“我只学显宗的经典就可以了”，这样有可能成为井中之蛙，非常可笑的——你只是学过显宗，从此以后再也没有看到其他法的话，到最后可能确实容易诽谤一些教法。

因此，我们这次懂得了这个法之后，要明白你皈依的是什么——皈依的是显宗法和密宗法。有些人说：“我只皈依显宗，不皈依密宗。”那这样不好分吧？我们说的是皈依三宝，如果你说：“我皈依法宝的时候，只是皈依一部分法宝，即显宗的法宝；皈依僧宝的时候，也只是皈依一些显宗的僧众……”我们后面还会讲，皈依僧的时候，僧众也包括很多瑜伽和空行圣众，这些不一定是显宗的圣者。皈依佛宝的时候，虽然密宗的佛和显宗的佛本体上是一样的，但显现上也有不同，比如说释迦牟尼佛有寂静相，还有很多大忿怒相，如果佛陀的大忿怒相你全部排斥的话，那你皈依的三宝就是不全的！

所以大家也应该好好思维一下，我们皈依的三宝到底指哪些佛、哪些法、哪些僧？这个很重要。以上是讲教法里面的果法。

己二（证法）分四：一、总说生圆次第；二、宣说十地；三、别说内外分类；四、宣说五道。

下面别说证法，讲生圆次第、十地、无学地的分类和五道。

庚一、总说生圆次第：

证法地道生圆次，总持等持智慧藏，

以及大悲之自性，种种方便无有量。

“证法地道生圆次，”什么是证法呢？证法是五道十地的所有境界，以及生起次第、圆满次第的境界。

“总持等持智慧藏，”还有总持，包括法陀罗尼、义陀罗尼、咒陀罗尼和忍陀罗尼这四种陀罗尼。

所谓的陀罗尼，是控制恶法、生起善法的方法。在文字等方面不忘叫总持或者不忘陀罗尼，所有的法全部不忘叫法陀罗尼，所有的意义不忘叫义陀罗尼，还有咒语不忘——密咒的一些法不忘等，有不同的解释方法。

等持是禅定的意思，有狮子奋迅等持、楞严等持等很多三摩地等持。

然后是智慧，能取舍的都叫做智慧，有人无我的智慧、法无我的智慧、世间抉择的智慧等。

“以及大悲之自性，种种方便无有量。”还有大悲心，对可怜的众生生起大悲心、菩提心、慈悲心等，种种无量无边的方法全部叫做证法。

以前讲《极乐愿文大疏》的时候也说过：我们相续当中生起一刹那善心也属于证法，能受持一个偈颂的佛法词句也属于受持教法[107]。从大的方面来讲，三藏十二部经典就是教法；从小的方面讲，我们今天背诵《俱舍论》的一个颂词，或者念诵《普贤行愿品》的一个颂词，这也是受持教法。通过传法，我们相续当中生起法义不忘的境界、大悲心、智慧等，这些都是受持证法。

说到受持佛法，现在有些人经常讲：“一定要修一个大庙！”藏地也是，有些寺院的大德们整天都是修金碧辉煌的庙，但修庙呢……修庙是什么？证法还是教法？证法、教法的所依？教法吗？谁说的？如果是教法的话，那它是因法还是果法？因法？在十二部经典里面，修寺院是哪个？（众笑）

我们作为佛教徒，真正护持教法很重要，护持证法也很重要。希望居士也好、出家人也好，你学了佛法以后应该用上。就像一个读师范的学生，在师范读了四五年毕业之后应该教书，不教书很可惜啊！同样的道理，我们懂得了这些佛法就应该尽力去弘扬，因为我们身边有那么多人不懂佛法，而且他们对佛法的渴望和希求心还是很强的，所以我们需要佛法方面的智慧、陀罗尼、等持还有大悲心。

---

107 《极乐愿文大疏》：“从广义来说，了知一句法义也是教法，思维一句法义仅仅生起一刹那善心也是证法。”

- 在家菩萨的“出家”

尤其在心相续当中生起菩提心大悲心的话，这是真正的受持证法！昨天我们传了菩萨戒，很多人真正发自内心地想受持菩萨戒，对众生生起大悲心。其实生起大悲心和利益众生，在所有证法当中，是功德非常非常大的。

有一部经典讲了一个公案，不知道我讲过没有。有一个地方有个长相特别庄严的妓女叫妙金光，当地的国王、大臣等很多人物都非常喜欢她。有一次她跟一个商主之子出去，文殊菩萨发现度化她的因缘已经成熟了，于是就在她面前显现。因为妙金光的身体发出金光、特别好看，文殊菩萨为了度化她，就在她面前显现一个比她的光更加殊胜、非常英俊庄严的男士，并且令她的光几乎暗淡无色。于是妙金光女士对他产生了贪欲之心，动了心。这个时候多闻天子出现了，对妙金光说：“他是圣者文殊菩萨，你不应该产生这样的心，但是他可以满足你的一切所愿。”

他这样讲的时候，妙金光女士说：“我不求什么其他的，但是我喜欢文殊菩萨的衣服。”她认为是文殊菩萨（化现的庄严男士）的衣服发出的光，所以就说：“我喜欢他的衣服，能不能把它给我，其他的我不求。”这个时候，文殊菩萨化现的男士说：“我可以把庄严的衣服给你，但是有个条件，你要发菩提心。如果你发了菩提心，我就把衣服给你。”

当时，她不知道什么叫菩提心，但是因为她特

别喜欢他的妙色，所以就答应了：“我会发菩提心的。”于是文殊菩萨对她宣讲了大乘菩提心的功德和利益，她当下就了悟了一些境界。然后她想出家，文殊菩萨告诉她：“菩萨真正的出家是生起菩提心、利益众生！”

所以，有些居士因为在生活当中受到一些逼迫、痛苦和各种各样的折磨，在开法会的时候又看到一些穿红色衣服的出家人，于是就很想出家。但是出家也有一些痛苦，出家生活也是比较漫长的，如果没有很好地守持戒律、行持妙法的话，出家也不一定是很好的。

所以，我刚才讲的大乘经典的真正意义是：作为在家菩萨，他的“出家”实际上就是发无上的菩提心、利益众生，在家菩萨就是以这种出家形式来行持善法的。同时，他的相续当中生起了大悲心和智慧的话，就是所谓的受持证法。

对于证法和教法，我们应该要明白。否则，现在很多佛教徒每天都是忙着，每天都跑来跑去。前一段时间我也说了，现在各个地方有各种各样的仪式，本来汉族人有时候就特别喜欢一些仪式——昨天我生日的时候，好像很多人都忙了半天，后来我没有去成，很多人也比较失望。一方面也理解大家，但是，这个蛋糕弄来弄去，一会儿拿来，一会儿吃，一会儿喝，“哇，特别欢喜啊！”有时候这些形式也是需要的，我们毕竟是人，需要感情、需要一些交流；但是有时候，重视形式胜过学习的话，可能我们所做的很多事情也会成为形式化，形

式化的行为其实并没有实质、没有核心。

因此作为一个皈依三宝的佛教徒，不应该只注重形式。很多人说："啊，给我办个皈依证！"但是，你连皈依的到底是什么都不懂。传皈依的法师也不懂："啊，我给你皈依！""啪！"盖一个特别大的章，"来，一个一个给你们发皈依证。"那这个皈依证有什么意义呢？你如果真的懂了三宝的意义，用皈依证来代表是可以的，这个确实是有加持——依靠皈依证，你到寺院等地方可以免费吃斋，也起到了皈依证的作用，吃一顿也是不错的了。（众笑）

庚二、宣说十地：

下面讲十地。为什么讲十地呢？十地的境界全部属于证法。一到十地的菩萨是三宝里面的僧宝，所有菩萨相续当中的境界和功德属于证法。

十地极喜无垢地，发光焰慧难胜地，

现前远行不动地，善慧及与法云地。

关于十地菩萨，《十地经》《入中论》《宝鬘论》等很多经论都已经讲了很多，我想在座稍微有一点佛教基础的人都非常清楚的；如果没有基础的话，怎么样也可能听不懂。

"十地极喜无垢地，"我们都知道，十地当中，首先是第一地——极喜地，圆满了布施度；第二地叫无垢地，圆满了戒律度。

"发光焰慧难胜地，"第三地是发光地，圆满安忍

度；第四地是焰慧地，圆满精进度；第五地是难胜地，圆满静虑度。

“现前远行不动地，善慧及与法云地。”现前地是第六地，圆满智慧度；远行地是第七地，圆满方便度；然后是不动地、善慧地、法云地，分别是力度圆满、愿度圆满和智度圆满。

那么后面的这个智度圆满什么呢？在前面第六地的时候，六波罗蜜多中的智慧度已经圆满了，到后面第十地的时候，实际上是断除了细微的所知障，此时最精确、最微妙的智慧会现前。

一般来讲，从第一地到十地分别断除的违品是：悭吝、破戒、嗔怒、懈怠、散乱、无明，即六度的违品；这些断除以后，还要断除方便的障碍、大愿的障碍、力的障碍。到了十地，所有细微的所知障全部断除了，十地末位的时候会现前真正的如来正等觉果位。

当然每一地也有很多功德，比如第一地菩萨在果位现前的时候，在一刹那间度化一百个众生，震动一百个世界，现见一百个如来等，有许许多多的功德。而且一地到十地之间，功德又翻倍地增长，《入中论》《十地经》当中也讲得特别清楚。

在这里要让大家了解的是什么呢？我们说声闻八地和菩萨十地，声闻也会将所有的果分为八地，但不管怎么分，实际上，这些圣者的相续当中有一种善法、善的力量，这些善是值得我们皈依的法宝，而且是法宝里面的证法，这一点今天在座的应该都会清楚。

方便的话，你们最好看一下《大车疏》，里面引用了《辨法法性论》《宝鬘论》《般若八千颂》等很多经论的教证。我们原来学的时候——很多老年人经常跟一些年轻人说："我们在年轻的时候……"但我倒不是这个意思。我们以前每次学《心性休息》颂词的时候，确实都把《大车疏》看好几遍，不知道你们现在看了没有，没有看的话我也不可能哭着抓你们，也没办法。

庚三、别说内外分类：

下面讲别说内外分类，科判的意思是，分别宣说密宗和显宗的果地。

因乘安立学十地，十一化身普光地，

金刚乘以功德分，安立十二等无量。

"因乘安立学十地，十一化身普光地，"按照因乘（显宗）的观点来讲，前面的十地圆满了之后叫十一地，即普光地，实际上就是无学地——佛陀的果位。

"金刚乘以功德分，安立十二等无量。"按照密宗身语意不同功德的分法，有十二地、十三地等，而且还有一些不同的分类，比如说，密宗当中的十二地是莲花地，十三地是金刚地；其他有些经典里面讲，十四地是大乐地，十五地是等持地，十六地是无上智地，还有很多分法。

实际上我们在《现观庄严论》里面讲过这些果法，讲的是什么呢？一个是自性身，一个是法身，一个是报身，还有一个是化身，此外还讲了佛陀的事业——《现观庄严论》的最后一品当中主要讲三

身和事业。

讲三身和事业的时候说到：法身显现二十一种无漏法，报身是相好圆满的身相，化身在众生界当中示现种种，比如工巧化身、殊胜化身、投生化身等，以各种方式来利益众生；最后得了无学地的时候，不管怎么样，佛陀的事业永远也不会间断。密宗当中也是这样讲的，显宗里面也是如此宣说的。所以我们应该明白什么呢？显宗和密宗大致的意义完全是相同的。

那么这些包括在什么里面呢？也是包括在证法里面。大家都应该知道，佛陀相续当中无量的二十一种无漏法，他的相好庄严，以及在众生面前显示各种各样不间断的事业，这些不共的力量实际上叫做证法。

所以我们皈依的是什么呢？从佛陀身相的角度来讲，是皈依佛；佛陀相续当中的智慧和功德属于证法，从这个角度来说是皈依法。我们在座的各位也是，如果你是一个居士，我昨前天也讲了，可以说你属于小僧众；因为你的相续当中具有如来藏——与佛陀无二无别的功德，你也可以说有佛宝的功德；如果你有大悲心、慈心和智慧，那你的相续中也有法宝。

现在很多人讲："什么是法宝呢？""噢，这个经典就是法宝。"有些人连经典是法宝也不知道，在经典上面踩来踩去、越过去越过来，显示"神通"。《百业经》里面经常有阿罗汉在空中飞来飞去，让大家生起信心。而现在不懂佛教的"佛教

徒”，经常在佛经和佛像上面“飞来飞去”，这也是他们的示现神通。（众笑）

庚四、宣说五道：

资粮加行与见道，修道无学之五道，

二次第等深心境，妙法日具无垢光。

下面讲五道，五道也属于证法。这个科判非常重要，大家应该好好地思维，不然我们佛教徒有时候比较盲目。

“资粮加行与见道，”五道当中，一个是资粮道。我们前面讲过，初学者进入这个境界的时候，先广大地积累资粮，这叫做资粮道。然后是加行道，接近见到万法真相的时候，那种修行叫做加行道。资粮道和加行道是凡夫地。

然后到了见道，所有的见断全部断除了，现见万法的实相，获得一地菩萨的果位，这叫做见道。

“修道无学之五道，”从二地到十地之间的修行过程叫做修道，断除了一切修断，现前从二地到十地之间层层的功德。最后获得了无学的佛地。这叫做五道，五道的所有境界属于证法。

“二次第等深心境，”此外，生起次第和圆满次第是整个修道过程当中不能离开的，是密宗特殊的修行方法；还有成千上万修行次第的、甚深的心的境界——见道、修道的境界，以及一般凡夫人修生起次第、圆满次第，修大悲菩提心、出离心、无二慧等，这些甚深的心的境界全部属于证法。

“妙法日具无垢光。”妙法日具有无垢的光芒，这句话可以算是对上面教法和证法的一个总结文。意思就是说，上面讲的十二部经典和六大密续这些经续，即因法和果法的教法，五道十地所摄的所有证法，凡是佛法（包括教法和证法）就叫做妙法。这个妙法具有无量无边的光芒，就像太阳具有光芒，可以遣除世间的黑暗，同样的，教法和证法具有智慧的光芒，这个智慧的光芒能遣除众生无始以来非常黑暗的心灵的愚痴。

所以，皈依法宝的人应该是很有智慧的，能遣除心灵的黑暗，不会懵懵懂懂、迷迷糊糊的，世间和出世间的事都没办法取舍，特别迷茫、特别迷惑，不是这样的。他应该是具有正法的光芒，对世间和出世间的事情都处理得非常好，而且自己心里也很坦然，不会因为一件小小的事情就非常痛苦、纠结、伤心，甚至选择自杀等。不会这样的，对吧？佛教徒有没有自杀的？应该有，修不好的话佛教徒也是一样的。

下面是今天讲的最后一个颂词。

戊三、别说僧宝：

声缘佛子为外僧，空行密众为内僧。

“声缘佛子为外僧，”下面讲什么是三宝里面的僧宝。前面讲的是凡夫僧众，包括现出家相的僧人，这些也属于僧宝的一部分。那么这里从小乘来讲，预流果、一来果、不来果和阿罗汉果——声闻缘觉的这些果位，以及从大乘来讲，一地到十地之间的

佛子，还有生起无伪菩提心的佛子，这些叫做外僧。因为从层次上讲，不是特别高的叫外僧。

“空行密众为内僧。”空行众，像莲花部、事业部、如来部等，有很多的护法、空行；密众，即行持密宗的一些瑜伽士、持明者。

持明有异熟持明、长寿持明、大手印持明和任运持明四种，在其他的密宗当中也讲过。

通过修行密法，虽然异熟的身体还是存在的，但是心基本上已经获得了这种境界，这属于加行道和资粮道，叫做异熟持明[108]。当然按照荣索班智达的观点，异熟持明是从一地菩萨开始的。

长寿持明是已经获得了不生不死的境界，就像莲花生大士和布玛莫扎那样。当然莲花生大士不一定是一地菩萨，但是从他的身相不迁变上来说，经常也被叫做长寿持明。

大手印持明，是从二地到十地之间具有修道境界者。

任运持明是指佛地者。

- **对所有人观清净心**

有些人表面看来是在家形象，有些是空行形象，但是实际上，其内在的智慧已经成熟了，所以也属于僧众。我们可能认为老比丘、小沙弥等穿着出家衣服的都是僧人，其他的不一定是。但实际上，通过佛教的修行，在家人也有修行到一定境界

[108] 《大圆满心性休息大车疏》：“异熟持明：资粮道与加行道中通过修生圆次第，虽然身体平凡存在，但心已成为本尊身。”

的，就像四大持明是不分出家、在家身份的；瑜伽修行境界确实非常高的话，在家人也可以成为殊胜的应供处，也是殊胜的僧人。

原来有一个施主，他特别喜欢供养僧众，但是他喜欢供养的是老僧众、一些老比丘——满面皱纹、牙齿脱落、头发花白，这样的他特别喜欢。而一些小沙弥，他觉得特别调皮，就不太喜欢供养。

有一次他供僧的时候，有一群沙弥应供，他们全是阿罗汉。这些阿罗汉知道施主的心思，就显现神通，在他供养僧众的时候，每一个小沙弥都变成一个老出家人。当他正在供斋的时候，他们突然就变成了原来小沙弥的样子。这个时候施主有点不高兴，心想："我刚才觉得这些都是很好的出家人，怎么一个个都变成了年轻人？"后来，这些阿罗汉给他讲了很多众僧们的功德，让他以后不要分别出家人的长幼。

很多人可能也有这种想法：某某人是老修行人，应该不错的，我愿意供养他；哦，某人是小沙弥，刚出家，是比较调皮的，我只是形式上恭敬他，实际上我不愿意对他产生信心。

不管怎么样，大家要知道什么呢？观清净心很重要。也许我们特别起信心的、被认为是佛菩萨化现的供养对境，内在不具足什么功德；也许我们经常侮辱、看不起的人，他的境界却是非常高的。就像文殊菩萨、地藏王菩萨会示现各种各样非常普通甚至丑陋的形象，比如乞丐和街上的流浪汉等，对这些人我们最好观清净心——看到一个乞丐的时

候，你也不要侮辱他，也许他是佛菩萨的化现。

我们去五台山的时候，法王说："在五台山，文殊菩萨会以各种各样的形象来显现。"于是，我们在路上看到一些农民种庄稼就想：这个农民肯定是文殊菩萨的化现。看到一些乞丐的时候就想：噢，这肯定是文殊菩萨的化现。我们到了西安的时候看见几个小偷，本来很恨他们，但是一想："噢，可能是文殊菩萨显现来偷东西，我们不应该对他们产生邪见。"（众笑）有各种情况发生。

所以我们还是尽量地观清净心，别人有可能就是应该皈依的对境——僧众。

第三十八课

思考题：

【知识类】

1、因皈依和果皈依中的皈依境及皈依方法分别是什么？如何通过因皈依和果皈依而获得福德、智慧两种资粮？

2、因皈依和果皈依的学处分别有哪些？失毁皈依戒的因有哪些？

【修行类】

1、对于因皈依的四种学处，请分别分析：

（1）为什么要将“不舍三宝”作为我们的价值观？

（2）如何避免造下欺骗应供处、诽谤圣者等恶业？

（3）皈依三宝后，应对其他天尊持何种态度？杀生对皈依戒有什么损害？

（4）平时应该如何供养和随念三宝？

【生活类】

1、《大集经》中婆罗门劝八个弟弟皈依三宝的公案，对我们行持善法方面有哪些启示？

下面我们讲皈依里面的真实皈依。前面的一个大科判中讲，皈依有因皈依和果皈依，因皈依中讲了皈依的人、皈依的时间、皈依的对境和真实皈依，果皈依还没有讲。

在真实皈依当中，又讲了皈依境、皈依的方法、放摄光芒这三个方面。前面也讲过皈依境，但

前面只是讲“总说三宝”“别说法宝”“别说僧宝”，而这里是说，因皈依的时候如何观想皈依境、自己如何与之相应，是从不同角度来讲的。

丙四（真实皈依）分三：一、皈依境；二、皈依方法；三、放摄光芒。

丁一、皈依境：

观所缘境虚空中，尤许上师佛尊主。

这里讲到，我们皈依的时候要怎么样观想。皈依的方法我们都知道：一般凡夫人是因为害怕恶趣、害怕世间当中的各种违缘而皈依的；声闻、缘觉是害怕堕入地狱、饿鬼、旁生，为自己获得解脱而皈依的；而大乘佛教徒，是为了利益无边无际的一切众生而皈依的。

“观所缘境虚空中，尤许上师佛尊主。”皈依的时候，观想的所缘对境是什么呢？就是在前面的虚空当中观想佛尊，比如说观想形象是莲花生大士，实际上与自己的根本上师无二无别。但有时候，你也可以直接把根本上师的形象观在自己前面的虚空当中。就像我们前面讲的，要把上师观为所有十方诸佛菩萨的总体。

显宗当中的皈依，是把上师当作所有佛法僧的总体。《前行》当中也讲过，上师是三宝的总集。为什么呢？因为上师的身体与十方僧众的身体是无二无别的；上师通过声音来转法轮，断除众生相续当中的无明黑暗，让他们开启智慧；上师的意或者心跟三世诸佛的智慧无二无别。所以实际上，上师

就是三宝的总集。

以前我们讲过，从密宗的一些观点讲，就直接观上师，《大圆满虚幻休息》就是这样讲的。

总而言之，我们要经常祈祷上师，你看我们每次上课之前都祈祷法王如意宝。当然有些人说：“我以前没有见过法王如意宝，可不可以观想某某上师，可不可以修他的上师瑜伽？”这也是可以的。法王如意宝的《上师瑜伽·速赐加持》仪轨，下面的小字有没有注明“可以随意地观其他上师”？可能写是没有写，但当时法王说是说过，真的！

刚才讲的是皈依的对境，就是观上师为一切诸佛菩萨的总体，然后在他面前进行供养、忏悔、祈祷，并观想他的加持融入自己的心，自己的心安住于与上师无别的智慧当中。

丁二、皈依方法：

真实意幻而供养，内外密之供品后，

我与诸众敬合掌，直至菩提为利他，

皈依上师佛法僧，诚心诚意反复行。

这里讲皈依的方法，很多人说要皈依三宝，那皈依的方法有因皈依和果皈依两种，这个一定要明白。因皈依的方法是：

“真实意幻而供养，内外密之供品后，”皈依的时候，应该先在上师、佛菩萨面前放一些真实的供品，或者是观想意幻的供品，心里面想：“我今天没有带什么供品，也没有带什么供养，钱包里面的

钱也拿不出来、也舍不得，买东西也来不及，但是我心里面要观想所有的好东西供养给上师、诸佛菩萨。”这样也是很好的，比较方便。（众笑）

供养有外内密三种，即外面一些物质的供养，里面身口意的供养，还有秘密的供养，比如说密法当中有很多的供品，是比较特殊的一些供品，比如五供等。供养这些供品之后，皈依的时候是这样的：

“我与诸众敬合掌，直至菩提为利他，”观想自己和所有的众生非常恭敬地合掌，直至菩提之间为利益他众而皈依。你看这里是大乘皈依，这是很重要的。

一般我有时间的时候，就用比较广的皈依仪轨，做比较大的皈依仪式；没有时间的时候，我从二十年前讲《大圆满心性休息》之后，就经常用无垢光尊者的这个方法。

我们做任何一个佛教仪式一定要有依据，要么是以传承上师的教言为依据，要么是以非常有加持的、获得谛实语的圣者的语言为依据，不能你自己心里面想什么就做什么。现在很多佛教徒不懂道理，自己想什么就做什么，有些人甚至自己编一个偈颂、编一个咒语，这是非常可笑的事情，是不合理的。

“皈依上师佛法僧，诚心诚意反复行。”这里讲到，我和众生恭敬地合掌，如果有上师的对境就在上师面前皈依；如果没有的话，在佛像面前你也可以自己皈依：“皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧”。

这是诚心诚意的，不是表面上为了办个皈依证、为了其他目的而皈依的。我们反反复复地每天念诵发愿文的时候，前面都有一个皈依，这样的皈依非常重要。

《大圆满心性休息大车疏》里面也说了，我们皈依的时候，在上师、诸佛菩萨面前陈设一些供品之后说："我某某从即日起直至菩提果之间为一切众生而皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧。"这种心态非常非常重要。

我前面也讲了，有些人可能是为了从苦难中得到救度而皈依的，有些人是为了发财升官而皈依的，有些人是为了自身获得解脱而皈依的，但是最好的皈依方法就是为了利益无量无边的众生而皈依。很多人以前可能都在汉地办过皈依证，现在皈依证都已经磨破了，但实际上，到目前为止可能还没有为众生皈依过，大多数人只是"我自己想皈依"。

我采访过很多佛教徒，我问："你皈依过没有？""皈依过。""你是为了谁而皈依的？""我为我的母亲身体健康而皈依的。"有些人说："我是因为自己身体不好才皈依的。"有些人在轮回当中很痛苦，说："我是为了得到解脱而皈依的。"

所以，为众生而皈依的人非常少。包括我们藏地，人人都会念"喇嘛拉嘉森且奥，桑杰拉嘉森且奥，却拉嘉森且奥……"，我们有时候看到转经轮的周围，很多老修行人都是一边转一边念"喇嘛拉

嘉森且奥，桑杰拉嘉森且奥，却拉嘉森且奥，格登拉嘉森且奥”。但是，他们有些人是为了利益众生而皈依的，有些人就是为自己获得解脱而皈依的。其实为自己解脱而皈依可以是可以，但最重要、最好的皈依方法，就是为利益无量无边的众生而皈依，以这样的心态来皈依的话，意义是非常非常大的。

- **信三宝者第一富**

即使钱财等世间当中所有的东西都没有，但成为一个名副其实的佛教徒或皈依三宝者，也是非常有意义的。

马鸣论师在《大庄严论经》中也说过：“虽无诸珍宝，及以资生具，能信三宝者，是名第一富。”虽然没有任何珍宝，也没有任何的资具，但只要有信仰三宝的机会，他就是世间第一的富贵者，非常有意义的。我特别喜欢这句话。

有些世间人认为：“我需要名车，需要很多很多的财富等。”有些人可能没有这种世间的财物，但他成了一个非常虔诚的佛教徒。他没有各种各样的金银财宝，金耳环也没有——现在很多地方的人戴的金镯特别大，表面上看来，这个人可能很富裕，戴着特别大的一块一块的金子，但是那天有一个喇嘛说：“很多都不是真正的金，十块钱都能买一个特别大的金镯或金项链。”其实这些没有也可以，我们应该要的是什么呢？如果我们变成一个虔诚的三宝弟子，那确实就是内心非常富裕的人。所以，皈依三宝者就称为世间当中最富裕的人。

丁三、放摄光芒：

观想彼等喜放光，净除自他三门障，

获得一切诸悉地，圆满福资成色身。

这样观想之后，上师三宝生起欢喜心，然后我们观想莲花生大士、观修上师瑜伽的时候，他的身体放出光芒，净除我们自己和众生身口意三门所有的障碍，令我们获得了一切悉地，圆满了福德资粮并成就色身。

所以，如果你没有安住空性，修持显宗当中一般的皈依时，只是表面上修仪轨，或者只是表面上修上师瑜伽，这样修行的话，只能成为色身的因，只能积累福德资粮。

当然，无垢光尊者在《大车疏》中引用《宝积经》的教证说："皈依三宝者，二资尽圆满。"皈依三宝的人，两种资粮都可以圆满，也可以这么说。但是颂词当中讲，皈依三宝会圆满福德资粮。其实它是一种有相的修行，如果我们没有学会经常安住光明、安住心性，不一定会圆满智慧资粮，这方面需要考虑一下。

这以上我们讲了暂时的因皈依，不知道大家懂了没有，我该讲的已经讲了，你没有接受是你的事啊——老师已经声嘶力竭地讲了，我叫不叫"老师"啊?

下面讲果皈依，也是分四个方面，首先讲果皈依的对境。

乙二（果皈依）分四：一、宣说皈依境；二、真实皈依法；三、宣说后得；四、皈依学处。

丙一、宣说皈依境：

究竟果皈依之境，即是唯一之法身，

佛法僧众了义尊，离戏光明之自心。

这个道理可能比平时的佛教概念稍微难懂一点。可能在汉地、在一般的佛学院当中，只能听到前面因皈依的部分，即皈依佛、皈依法、皈依僧——对三宝的皈依；还有些会讲皈依上师，像唐密当中也是有皈依师。

但是在这里，皈依自性的道理是密宗不共的一种皈依方法，这是果皈依的方法。其实这里涉及到藏传密宗，禅宗当中也会经常讲法身和自性，这两者是比较相同的。

"究竟果皈依之境，即是唯一之法身，" 究竟果皈依的对境，实际上就是唯一的法身。

显宗当中，自我想获得解脱和佛果就是果皈依的所缘；还没有得到佛果之前，皈依三宝的整个过程叫做因皈依，我们前面的一两节课当中讲过。在密宗真正的皈依中，三宝的总体实际上是佛尊，佛尊的本体就是法身，法身的本体就是自己的心，所以我们要认识自己的心、安住于自己的心，这就是究竟的皈依。《宝性论》当中也说："胜义众皈处，唯一正等觉。"意思是说，在胜义当中，众生所皈依的对境，其无欺的本体就是唯一的佛陀。

"佛法僧众了义尊，离戏光明之自心。" 所以这里

讲到，真正果皈依的时候，形象上的佛尊、法宝、僧众不一定是很了义的，最了义的就是我们心的本体。心的本体是自性光明和本性空性两者无二无别的，这样光明离戏的自性其实是真正的皈依处。如果我们以上师的窍诀安住于这样的自性当中，这就是果皈依。

所以，这个方法跟前面的有些方法稍许有一点儿差别，大家应该明白，《心性休息》当中果皈依的方法是什么样的。

丙二、真实皈依法：

下面讲真正果皈依的方法。前面讲到因皈依的方法，就是在前方观想三宝，为了利益一切众生，在三宝面前求皈依戒。这种皈依的方法实际上是以表示而得的——传授皈依者传三遍“皈依佛、皈依法、皈依僧”，求皈依者也念三遍，最后得到皈依戒。而真正胜义的皈依，是安住在自性当中，最后真正了达空性和光明无二无别的境界，这是究竟的皈依。

世俗皈依道用后，当知一切皆自心，

实无能所皈依故，入定真如境界中，

执著心境非究竟，无愿即为果皈依。

这个很重要，可能很多人不是特别明白。而世俗的皈依、显宗的皈依是所有佛教徒都会的。很多人都会说：“我要不要皈依佛教呢？我暂时不想皈依。”还有些人说：“我现在开始皈依。”大家对

于皈依佛、皈依法、皈依僧这样的道理都明白，就是把自己的心移交于对境三宝。

“世俗皈依道用后，当知一切皆自心，”这样的世俗皈依做完了之后，我们要达到更高的境界和层次。刚才也讲了，所有的佛法僧三宝，实际上都是我们自心的一种幻化和显现，所以在外境当中尘毫许也不成立、不可能存在——我们用中观的观察方法来观察也是不能成立的，用密宗的一些观察方法来观察也是不能成立的。

那这样一来，一切全是我们自己的心，释迦牟尼佛也好，上师也好，所有的法宝也好——表面上看来，《般若摄颂》是法宝，但实际上，《般若摄颂》是文字相，这个文字相归根结底是心的一种幻化，这是万法唯心造的道理。

“实无能所皈依故，入定真如境界中，”这样我们就知道，一切皆为自己的心，而且心没有能取所取，因此，我们入定于这样无有能取所取的空性境界当中。

“执著心境非究竟，无愿即为果皈依。”这种境界没有对心和外境的执著，如果对心和外境分开执著的话，就不是究竟的皈依，也不是究竟的境界，所以无有任何的愿求、得到即为果皈依。

在因皈依的时候，我们会想：“我要好好向三宝求皈依，最后我会获得无上的果位。”这是比较普通的皈依，大家都认为皈依是这样的。但实际上，层次再高的话，就像《六祖坛经》当中所讲，烦恼即菩提，或者说心性即菩提——我们的心跟佛

尊没有什么差别，心即是佛、佛即是心。这就是真正的果皈依——无缘、无本体、无有安住。

《中般若经》当中，佛对须菩提说：如果既不缘佛尊，也不思维法和僧，这就是真正的皈依[109]。我们一旦达到佛法僧三宝都不缘的空性境界，就是达到了最高的境界。

- **福德资粮和智慧资粮要兼顾**

可是我们现在还没有达到这个境界，所以还不能舍弃善法。我们手里要不要拿着念珠呢？还是需要的。要不要拿着转经轮呢？还是要的。因为我们现在还没有达到最高的空性境界。

有些人口头上已经到了这种境界："我现在什么都不要！"有些人觉得自己是最高的禅宗的根基，甚至有些人对看书、念咒、念诵经文都非常反对："在境界当中这些都不用修，什么都没有。"

其实，还没有达到这种境界之前，恐怕也不能这样。但是，你也不能太执著于世俗的善法，这两个要结合起来。现在禅宗的有些人可能一直关注一个实相的法，净土宗有个别人可能一直是念诵一些佛号，对这方面比较重视；但在密宗当中，既要关心有缘、有相的福德资粮，又要关心无缘的智慧资粮，其实这两者对于一个修行人是不可缺少的。

我们在入定的时候，或者在真正观察一切万法本相的时候，万法确实是空性的，你看烦恼也是空的，世间的万事万物哪有不空的？表面上看来它是

109 《大圆满心性休息大车疏》：《中般若经》中云："须菩提，何者若既不缘佛，亦不思法与僧，则此为真实皈依。"

无常的，但是你再进行观察的时候，会发现它确实也是空性的、没有什么的。

比如说今天心情特别特别糟糕的时候，你用心来观察自己的心——哪里有？如果今天特别特别开心，开心得不得了，一直想笑，嘴都合不拢，但是实际上，这样的心态也是假的，在真正的本相当中也是不可能成立的。

这个时候我们会发现，一切万法真正的本来面目是空性的。但是这样的空性，当我们在安住或寻找实相的时候会找到的，而在现象当中，不一定每个人都能拥有。因此，福德资粮和智慧资粮要结合起来，这个是非常重要的。正因为这样，它的后得是什么样呢？

丙三、宣说后得：

圆满慧资得法身，如梦幻中作回向。

无缘的智慧资粮达到究竟的时候，就称之为获得了法身。法身实际上也是依靠色身的力量来显现的。也就是说，通过积累福德资粮，逐渐会得到智慧资粮；智慧资粮圆满的时候，法身也会圆满的。

“以此广大之善根，愿众生内自成佛，昔日诸佛未度众，愿我悉皆救度之……”这是《毗奈耶经》里面的一个愿文，我们经常会念诵的。意思就是说，我们以这样的善根，愿所有的众生获得解脱，尤其是千佛没有度化的这些众生，愿我来度脱他们。

这个愿文出自《毗奈耶经》，我们不能认为“

它是小乘经典，小乘佛教一点菩提心都没有”，也不能这样看待。我遇到过南传佛教的一个大比丘，我们在交谈的时候，他是这样说的：“你们有些学密乘、学汉传佛教的人，把我们南传佛教当作特别自私的一个宗派。但实际上，你们可能没有懂得我们的宗派，我们的教义中的确也有菩提心；而且我们的身口意特别调柔，无论任何众生给我们惹麻烦，我们都会修忍辱，比你们大乘佛教的修行人修得还好。”他认为南传佛教的很多修行人，脾气比大乘佛教的修行人还好。他是这样说的，我也相信。确实，可能是他们自己修行的原因吧，我们有时候不知道能不能比得上他们。

现在有些人口头上说“为利益众生”，但实际上，稍微有一点点事情自己都忍受不了，非常痛苦、嗔恨，心情很焦虑、焦躁，这样的人现在越来越多了。

如果大乘佛教的教义真正融入了自己的心，应该是想“以前诸佛菩萨没有度的众生我来度，没有人帮助的众生我要去帮助”，会这样无条件地利益众生。并不是为了宣扬自我——别人看不到，我就不做好事，而是会默默无闻地做很多很多有意义的事情。你们可能也看到《大车疏》里面《毗奈耶经》的这个回向文了吧？

丙四（皈依学处）分二：一、因皈依学处；二、果皈依学处。

丁一（因皈依学处）分四：一、不舍三宝；二、不欺应

供；三、皈依三宝之戒；四、以信供养。

下面讲皈依的学处——皈依戒，即皈依三宝之后有什么样的戒律，有四个方面：不舍三宝、不欺应供、皈依三宝之戒、以信心来供养。

戊一、不舍三宝：

学处分二初因戒，不为王位及生命，

一切奖赏等利益，舍弃上师与三宝。

受了皈依戒之后，很多人应该懂得皈依戒是什么，这个很重要啊。我看很多佛教徒连皈依的基本戒都不懂，每天都在生活中造一些非常不应该造的业。

“学处分二初因戒，不为王位及生命，一切奖赏等利益，舍弃上师与三宝。”皈依的学处有因戒和果戒，即皈依戒有因皈依的戒和果皈依的戒两个方面。首先是因皈依的戒。第一条是不为王位、生命以及奖赏等利益而舍弃上师三宝。

我们要有这种价值观。比如说，你为了获得王位会不会舍弃三宝，为了当国家总统会不会舍弃三宝？或者有人对你说：“你今天如果不舍弃上师三宝，就要把你杀害！”你会不会舍弃？这个很重要的。

有些人可能稍微遇到一点事情就舍弃三宝了：“噢，只要我获得解脱的话，上师三宝无所谓，我舍弃舍弃舍弃！”为了得到一个奖赏，比如说一万元、十万元、一百万元、一千万元人民币或者美金，你愿不愿意舍弃三宝？“别人不知道，我

舍弃舍弃！钱很好，拿来拿来，我会舍弃！”会不会为了得这样的奖赏而舍弃啊？

真正皈依的佛教徒，他不会舍弃的。以前我们讲《三戒论》的时候，也讲到了阿底峡尊者承许的五种皈依戒[110]。第一条是遇到危险的时候不舍弃三宝；第二条是遇到重大事情的时候不舍弃三宝；第三条是恒常供养三宝，比如说在路上看到非常好的花园、清净的水、蓝天白云，甚至像《前行》里面讲的，看到特别悦意的、自己喜欢的人和事物的时候，你都可以马上在心里供养；第四条是令自他皈依，因为你知道皈依的功德，所以有机会的时候要经常让别人皈依。

其实，让人皈依不是把别人的教徒抢过来、拉过来，而是当他不懂真理的时候让他懂得真理，所以劝别人皈依很重要。

有时候，我们劝别人皈依可能很困难，尤其是在汉地。藏地的话，基本上所有的人都皈依了，所以在劝人皈依方面没有什么麻烦，大家都是佛教徒，只不过是有些人学得不好而已。但汉地的话，一家人可能只有一个佛教徒，其他人都不学佛。因此，你如果有能力的话，也要经常劝别人皈依。其实这也是一种苦行，是很有意义的。有些人说：“我已经跟他说了三次，他都不皈依，不皈依就算了，我以后再也不理他了！”（众笑）

《大集经》里面有释迦牟尼佛因地的一个公

---

110 《三戒论》：“不为命奖舍三宝，何等要事不寻他，常供令自他皈依，顶礼所去之方佛。阿底峡尊许五种，即是共同之学处。”

案，我一直记着，非常好的。很早很早以前，有一尊佛叫做毘舍浮佛，在他的教法当中有一个婆罗门，他已经皈依三宝了，是一个虔诚的佛教徒。他有八个弟弟，这八个弟弟既不皈依也不信仰佛教。他很想让他们好好地信仰佛教，后来他就跟他们讲条件："如果你们皈依三宝、受持五戒、发菩提心，我什么条件都可以答应你们。"

他的兄弟们跟他说："你如果能在一千年当中只行持两种行为——要么走着、要么站着，并且七天当中只吃一顿饭，你能这样苦行的话，我们就皈依。"

当时，那个婆罗门就发了大誓愿，他说："只要你们皈依，乃至能发菩提心，我必定在一千年当中这样做。"因为那个时候人寿非常长，不像现在人七十岁都已经老了。当时他就发愿、发了毒誓："我一定会实现这些，只要你们八个人皈依……"[111]于是他在一千年当中，七天只吃一顿饭，不坐不卧，后来已经圆满了。因此这八个人就受了三皈五戒、也发了菩提心。佛经里面讲，很多

[111] 《大方等大集经》："时弗沙耶若婆罗门劝诸弟言。汝等贤首。今可归依佛法僧宝。受持五戒离诸放逸。发阿耨多罗三藐三菩提心。时彼诸弟皆悉不肯归依三宝。乃至不肯发菩提心。时弗沙耶若数劝诸弟经于多年。复问诸弟。汝等。何故皆悉不肯归依三宝。乃至不肯发菩提心。竟有何意何所愿求。时彼八弟即作是言。兄能千年修二威仪。惟行惟住不坐不卧。经七日夜限食一揣。修此难行足满千年。然后我当归依三宝受持五戒离诸放逸发于无上菩提之心。弥勒。时弗沙耶若闻是语已。一心喜悦。即为八弟而立誓言。汝等。若能归依三宝。乃至能发阿耨多罗三藐三菩提心不退转者。我今必当千年之中不坐不卧七日七夜限食一揣。我立誓已。于千年中若昼若夜。乃至一刹那顷念于坐卧。乃至于七日夜过食一揣。永当使我违三世佛。违六波罗蜜。违十善业道。不成阿耨多罗三藐三菩提……"

人、天人、非人等依靠他也都皈依了；后来他出家了，通过他的威力，很多人也已经解脱了。

我们看到这些公案的时候会发现，自己的恒心不够，精进心不够。我们可能只是在不同的时候劝他人一两次，如果他表示拒绝，我们就再也没有勇气、没有力量了。我们的发心应该要比较长远，不能因为做一两件事情遇到挫折就退了。其实真正有智慧的人，对最有意义的大事不会轻易放弃、不会轻易舍弃，这就是智者的选择。

刚才讲到，阿底峡尊者所讲的皈依戒，第四条是令自他皈依。第五条是，无论到哪里去，都要顶礼佛陀。我们佛教徒无论在任何时候，看到佛塔、佛像、出家人，心里都要恭敬顶礼。但也并不是看到一个出家人就马上在泥土里磕大头，这样的话，非佛教徒看到了会想："哇，这些人到底在干什么啊？"也不能在高速路上面看到什么就开始顶礼。哇，这个小孩儿睡得好香哦！（众笑）

戊二、不欺应供：

不欺上师应供处，断除恶言谤圣者。

第二个学处是，皈依上师三宝之后不欺惑应供处，即再也不欺骗应该供养的上师——三宝的总集，更不要用恶言诽谤上师、圣人等。

我们皈依之后，在行为上一定要注意。我们有时候可能因为凡夫的习气、世间的习气比较严重，遇到一些特殊情况就经常在对自己有法恩的上师面前说一些妄语、欺诳语，经常欺骗他们，这是非常

不合理的。甚至有些人会故意或无意地用种种语言来诽谤他们，有些人表面上对他人赞叹，但实际上完全是一种诽谤，这种情况是非常可怕的。

因此皈依三宝之后，尤其是对自己的上师、三宝中的僧众，如果你没有非常清楚、没有真实的依据，不能随意地诽谤，诽谤圣者的过失是非常非常大的。所以，故意造这样的过失是没有必要的。

《六度集经》中讲到，有一个国王是信奉佛教的，他劝整个国家的民众信仰佛教，而且在政策上也给了他们一些宽裕，比如信仰三宝的人都可以免税。这个时候，很多非佛教徒为了免税就开始皈依佛教，后来佛教团体出现了鱼龙混杂的现象。

有一次，国王为了试探民众的信心，就发布敕令说："不诽谤佛教、不舍弃佛教的人都要砍头。"那个时候，很多人就纷纷放弃了佛教。有一个老修行人说，他既不会诽谤上师三宝，也不会舍弃上师三宝，就算遇到生命危险也不会欺诳上师和三宝，态度非常非常坚定。之后，国王就把他当作国师，觉得这个老修行人真正是在内心当中信仰三宝的。由此我们会看出什么是真正的应供处。

有些人会故意、或无意地欺诳上师三宝，包括现在的网络上也有这样的情况。最近我们学院没有网络，我觉得还是很舒服的；有网的时候很多佛教徒其实也做不了什么事情，每天都是欺诳自己、欺骗自己，好像也没有什么意义。

其实，世间很多表面上的进步和发展，可能会给人心带来一种污染和痛苦，我们逐渐也会变得非

常可怜、眼花缭乱，当我们离开这个世间的时候，也许就不知方向了。古人或者一些老修行人是不会这样的，因此我们有时候可能要观察这个世间。人人都做的事，你要去观察，该做还是不该做——用自己的智慧来观察自己的身心，这是很有意义的。

戊三、皈依三宝之戒：

自此皈依佛陀后，不礼其余诸天尊，

皈依正法不害众，皈依僧不交外道。

“自此皈依佛陀后，不礼其余诸天尊，”这个颂词是基本的皈依戒。《前行》里面也讲了，《涅槃经》当中也讲了，一般来讲，皈依佛陀之后，我们不能顶礼其他的世间天尊等。

如果我们表面上顶礼其他的天尊或外道各种各样的神像，其实并不是犯了皈依戒，只不过有少许的过失。

现在有些人会在佛堂里放一些其他的东西，还是尽量地不放。如果有一些特殊的情况，比如说南方那边，整个家族一直传下来的个别天尊的像、圣尊的像等，对于这些他们比较担心，不放也不行。其实我觉得，有时候把他当作护法神，有时候把他当作诸佛菩萨的化身，也许过失不是很大的，但是也不是特别好说。

当然也不需要特别害怕。有时候，人们好像有各种顾虑，比如，“两个佛尊可不可以放在一起啊”，“藏传佛教和汉传佛教的佛像可不可以放在一起啊”，“那个法本和这个法本可不可以放在一

起”。有时候很多佛教徒有特别多的顾虑，其实也不需要这样。但是有些人什么顾虑都没有，什么都放在一起，这也不合理的。

总之，皈依佛以后，不礼其他世间的各种教主、天尊。

“皈依正法不害众，”皈依法之后，尽量不害所有的众生。尤其是杀生方面，我们皈依三宝之后，一定要尽量注意，不要故意杀生，否则可能要重新受皈依三宝的戒。

“皈依僧不交外道。”皈依僧众之后，不能交往对佛教有相反见解和行为的人。

以上讲的是皈依三宝之戒。

戊四、以信供养：

以信供养三宝相，日夜随念恒皈依。

我们皈依上师三宝之后，恒时都要尽心尽力地供养，日日夜夜随念三宝。

其实在末法时代，真正的佛陀并没有显现，上师实际上是代表佛而显现的。佛陀在佛经中也讲了：“末法五百世，我现善知识……”我在末法五百世显现为善知识，佛陀对阿难尊者等很多弟子也是这样讲的。

实际上，上师是佛的化现，文字也是佛的化现。《耳饰经》当中说：“末法五百世，吾现文字相，意念彼为我，尔时恭敬之。”佛陀说：末法五百世的时候，我显现为文字相，那个时候你们把它

意念为我，并对它恭敬。

因此，现在给我们开示解脱道的文字也是佛的化现，给我们开示解脱道的善知识也是佛的化现。

所以我们在日日夜夜当中，最好一天昼夜六时随念三宝——念《随念三宝经》，经常随念上师的功德，念上师的仪轨、赞颂文等；如果没有时间，就一天三次或者一天一次随念三宝，我们作为一个佛教徒，每天修一次上师瑜伽非常有必要。因为三宝的功德的确不可思议，即使你不想什么其他的，只想自己获得安乐的话，这个也是非常重要的。

《地藏十轮经》中也讲了："三界中安乐，皆由三宝生，故求安乐人，常供养三宝。"意思是说，三界当中所有的快乐全是由三宝而产生的，求安乐的人要恒时供养三宝。所以，作为真正的佛教徒，早上起来的时候供水、供灯、供香等，这一点应该能做得到。

现在有些佛教徒可能不方便设佛堂，那你用一些其他的方法来供佛也是可以的。有一个佛教徒说，家里的人全都不信仰佛教，没办法，只有在包里放一尊释迦牟尼佛的像。供养的时候，她不敢在外面供养，而是拿一瓶香水，一边涂自己的身体，一边给佛像也涂一涂，表示对他供养。我想，以清净的心这样做也是可以的。一方面，以香水涂抹自己的身体，别人也不会说你；另一方面，把香水涂到自己身上的时候，不小心涂到佛像上，以这个来作为供佛（众笑）。这是条件不允许的情况。

在其他情况下，有些人好像出门也好、在家里

也好，对形式上的这些事一点都不在乎，天天都是安住，连一个供水杯都从来不换。但有些人也不太会供佛，我那天看到有一个人，在每一尊佛像面前都放一罐红牛和一个苹果。其实你可能心很清净，但是这看起来也有点怪怪的（众笑）。可能是他自己喜欢喝红牛，所以就在每一尊佛像前面放一罐，佛像也很整齐，佛像前面的苹果和红牛也很整齐。

丁二（果皈依学处）分二：一、真实学处；二、失毁之因。

戊一、真实学处：

果戒等性当勤守，不念贤劣无取舍，

不依戏论修法性，皆于圆一坛城行。

“果戒等性当勤守，”我们前面讲的是果皈依，那么果皈依的戒律是什么呢？即经常处于一种平等、光明、空性、等性当中很精勤地守护——心安住于空性、光明当中，然后经常护持它，用正知正念来守护它。

“不念贤劣无取舍，”在这个时候，你不会去分别妄想“这是好的、这是不好的，这是善的、这是恶的……”，贤劣、取舍什么都没有。

“不依戏论修法性，皆于圆一坛城行。”也没有有无、好坏的戏论，全部在一种离戏光明的法性当中安住，这就是圆满融于一个坛城的果皈依的修行方法，也是皈依戒。

因为密宗处于一种非常高的境界，这个时候显

宗当中基本的皈依戒全部都能护持。当然，显宗基本的皈依戒都不会护持的人，要想达到更高的境界是非常困难的。但你如果有了这个基础，然后到了更高境界的时候，你会经常处于光明、空性、平等的境界当中。这个时候你就不需要取舍，不需要有很多贤劣的分别——这是好、这是不好……

本来，我们前面引用《涅槃经》说：皈依佛以后不要皈依其他的天尊，皈依法之后不能害众生，皈依僧以后不能跟其他见修不同的人交往。但是，如果你到了自性光明境界当中的话，那么佛法和非法也没有什么，好和坏也没有什么，取和舍也没有什么，全部都是处于无缘空性的境界当中。在这个时候，所有的此法、彼法都消于法界，这就是果皈依最高的戒。

下面讲皈依戒什么时候失毁。就像受比丘戒和比丘尼戒有破戒的因，受菩萨戒也有破戒的因，受持密宗金刚乘戒也有它破戒的因。那么这里，皈依戒坏戒的因是什么呢？

戊二、失毁之因：

相似舍因超受时，真实舍因生邪见，

失毁学处向下堕，当具正念慎取舍。

“相似舍因超受时，”皈依戒有两种舍戒的因，一个是相似的舍戒因。从一个人刚开始皈依，到后来在漫长的岁月当中一直修行，最后真正获得了像释迦牟尼佛那样圆满菩提正觉果位的时候，皈依戒的时间就已经到了。

因为你是大乘皈依，是为了利益众生、发愿成佛而皈依的，所以当你成佛的时候，皈依戒的时间就已经超过了，这个时候，你原来的戒已经舍了。但这是一个相似的舍因，并不是真正的舍因，当你获得佛果的时候，大乘的皈依戒在形相上是没有的。这是第一个舍戒的因。

“真实舍因生邪见，失毁学处向下堕，”第二个是真实的舍因。如果你的相续当中对三宝生起邪见，真正毁坏学处——皈依戒全部都舍弃，诽谤三宝、放弃三宝，发起誓言从此之后再也不皈依、不信仰佛，对法宝也不恭敬，损害众生，所有的三宝都不放在眼里，那就是失坏誓言了。这是真实的舍因。

无论怎样，后面这种破皈依戒其实对你的今生和来世都非常不利。就像一个腐败的国王不会有好的命运，或者一个护送者欺骗人的话，被护送的商人也不会有好的结果，同样的道理，如果我们破了皈依戒，过失是非常非常多的。

“当具正念慎取舍。”因此我们应该断除这种破戒的因，以正知正念来护持自己的皈依戒。

我们学院里面大多数都是出家人，但今天现场听课的大多数都是在家人，那在家人至少要有一个皈依戒。《大涅槃经》里面讲，受持皈依戒的人就是真实的优婆塞，是一个真实的居士[112]。

所以我想，如果连这一个戒律都没有的话，要

---

112 《大圆满心性休息大车疏》：《大涅槃经》中云：“何人皈依佛，彼为真居士，恒时不皈依，其余诸天尊；皈依正法者，远离损害心；皈依僧众者，不交往外道。

获得解脱是非常困难的。就像《亲友书》所讲，就像大地是万物生存的因一样，戒律是一切功德的根本[113]，如果你相续当中连皈依三宝的戒都没有，那将来连获得一个人身都是非常非常困难的——要获得善趣、获得人身，一定要有一个戒律的基础，如果戒律的基础都没有的话，那转生于善趣是相当困难的，《俱舍论》的观点也是这样。

所以作为在家人，至少也要护持皈依三宝的戒；在这个基础上，你可以有居士五戒里面的一分戒、两分戒、三分戒、四分戒乃至圆满的居士戒；然后在这个基础上，你如果有真正看破今世的出家意愿，也可以再看情况。

所以我们要受持皈依戒、护持皈依戒，终生对三宝的信仰不退，对上师的信心不退。刚开始谁都有三分钟的热情，但是慢慢就没办法稳固了。因此应该用自己的心来观察自己，好好地护持皈依三宝的戒，这样以后，今生当中的解脱也会有希望的。

这以上已经讲了因皈依和果皈依的所有内容，下一节课会讲皈依的功德和利益，明天我们会把这一品讲完。

---

113 《亲友书》：“戒如动静之大地，一切功德之根本。”

第三十九课

思考题：

【知识类】

1、为什么皈依会得到救护诸世的利益？请以理证、教证、公案说明。

2、为什么皈依可以圆满二资？从皈依佛、法、僧的角度分别说明，皈依可以带来哪些无量的功德利益？

【修行类】

1、学习了皈依的功德后，你对皈依的认识有了哪些改变？对三宝应具有何种态度？打算如何修持皈依？

【生活类】

1、如果有人感觉到空虚、孤独，或者进了监狱，甚至已经破了戒，或者罪业比较重，你打算如何用皈依功德的道理来帮助他？

2、为别人直接间接传递真理有什么意义？你打算如何做？

下面讲《大圆满心性休息》里面的皈依，讲最后一部分皈依的利益、功德，分七个科判来宣讲，首先讲救护诸世的利益。

乙三（皈依之利益）分七：一、救护诸世之利益；二、圆满二资之利益；三、无量功德之利益；四、蒙受善法天尊护佑之利益；五、具有无量之利益；六、诸德所依之利益；七、遣除有寂衰败之利益。

丙一、救护诸世之利益：

有些人经常讲，皈依不皈依是一样的，只要心中有佛，或者变成一个善良的人就可以了，不一定非要受佛教的皈依。这种说法实际上是因为不了解皈依，在世间当中，当人们对任何一种知识不了解的时候，就会说出一些比较幼稚、片面的话，这也是正常现象。但是，如果真正懂得皈依的意义和价值就会知道，实际上并不是这样的。

见他依处皆欺惑，更加诚信大悲尊，

生生世世救离畏，何有胜彼之利乐？

"见他依处皆欺惑，"当我们通过智慧进行观察的时候会发现，其他的依处，比如世间的邪魔和其他道的皈依处，他们自己在轮回当中还没有获得真实的解脱。如果皈依他，他不可能让你安全地到达彼岸，因为他自己还没有究竟、还没有解脱。因此，世间当中许多的天龙、邪魔等，都是欺惑性的，并不能永久地保护你。

"更加诚信大悲尊，"发现了其他种种依处皆是欺惑性，我们就更加对以本师释迦牟尼佛为主的、对一切众生具有大悲的尊主生起强烈的信心。

"生生世世救离畏，何有胜彼之利乐？"他们成为我们生生世世真正的救护者，让我们在生活当中远离一切暂时和究竟的怖畏、畏惧，所以在这个世间当中，哪里有比他们更加殊胜、更加超胜、更能带来利乐的皈依处呢？

因此通过皈依三宝，能断除三恶道的门。我原来看过一部经叫做《猪传经》，这部经在藏文当中

应该是有的，但汉文当中没有发现。其中讲到：“何者皈依佛，不堕恶趣中，离开人身已，转生为天身。”如果谁皈依佛，就不会堕入恶趣，离开人身的时候就会转生天界。谁皈依三宝的话，将来不堕三恶趣，其实这也非常重要，因此要想不堕三恶趣，即生当中就要皈依，否则连不堕三恶趣的把握也是没有的。

汉传佛教的《经律异相》当中讲到一个公案。释迦牟尼佛在忉利天为母说法的时候，有一个天人用天眼通来观察自己的后世，发现自己再过七天会转生到人间，并且会转成一个母猪的猪仔，他当时特别特别痛苦。

后来，有些天人建议他去拜见世尊，他去拜见的时候，就讲了他将转生猪仔的这件事，佛陀告诉他：“你在三天当中尽量不断地念诵三皈依，‘皈依佛、皈依法、皈依僧’。”他按照佛陀的要求在三天当中念诵皈依偈，后来就死了。

死了之后，他没有转生到旁生界当中，而是转生为一个长者的儿子，而且生下来就会念“皈依佛、皈依法、皈依僧”。当时，长者不在家，而夫人和侍女都在。因为他生下来的时候并没有哭，而是念皈依偈，他母亲和身边的人都非常害怕。可能他们那个地方是不信仰佛教的，人们觉得这是天魔等化现的，准备把他杀掉，后来有人建议，还是等他的父亲回来再说。

他父亲回来之后，知道他是一个非常特殊的孩子，就说：“像这样念诵皈依三宝的偈颂，可能有

些八十岁、一百岁的老人也不一定会，他这么小就会念诵，应该是很好的，不能杀掉，而且应该好好地保护。”

他小的时候一直都会念皈依偈，到了六岁的时候，他遇到了舍利子、目犍连和僧团，他非常欢喜，并跟他们结上了善缘。当然，后面还有很多比较殊胜的事迹。

总而言之，可能在座的有些人认为皈依不皈依都是一样的，这说明你并没有懂得皈依的意义和利益，人在没有懂得的时候都会这样说的，像刚才讲的一样，这也是一种非常正常的现象。但是懂得皈依的人，应该在有生之年不要失毁皈依，应该很努力地去保护它，这样我们会获得什么呢？会获得一切快乐，会生生世世皈依救护者、远离怖畏。

佛陀在《文殊师利问经》当中也说：“若依佛法僧，及以四圣谛，胜安隐归依，一切苦解脱。”皈依佛法僧、四圣谛的人，他所皈依的是最安稳、最殊胜的皈依处，因此将来在世间当中所有的痛苦都会得到解脱。

确实在世间当中，一个是皈依三宝，会消除你今生很多的畏惧和恐怖；还有一个，是真正懂得苦集灭道四圣谛的道理，并且皈依它、相信它、学习它，这样也能解决生死当中的一切痛苦。所以，我们要尽量学习这方面的道理。

下面讲，皈依可圆满智慧资粮和福德资粮。

丙二、圆满二资之利益：

清净诚信心田上，灌溉福慧之甘霖，

生长善法界苗芽，成熟圆满佛庄稼。

皈依起到什么样的作用呢？在皈依之前，我们需要三种信心，即清净信、欲乐信和不退转的信心。在这样清净信心的心田上，如果用智慧资粮和福德资粮的甘霖来灌溉，自己的如来种子就会发芽并逐渐生长，善法的苗芽会慢慢开花结果，最后成熟如来的庄稼。

大家都知道，在世间当中，有了田、种子、雨水和其他各方面因缘的时候，就会慢慢生长苗芽，并逐渐成熟庄稼。同样的道理，我们先以信心皈依三宝，皈依了三宝就会积累资粮；积累资粮以后，善法会日日增长；善法日日增长的话，将来就会成就。这些还是很重要的。

有时候人们可能比较愚痴，不懂皈依三宝的功德和利益，这样的话，对三宝的信心不一定很稳固。因此，皈依三宝者，暂时会增长福慧殊胜资粮和世间各方面的法，究竟会获得圆满正等觉的果位[114]。

《佛说佛名经》当中说："三宝则是一切众生良友福田，若能归向者，则灭无量罪长无量福，能令行者离生死苦得解脱乐。"意思就是说，三宝实际上是一切众生最好的良友福田，如果我们去皈依，无量的罪业可以消除，无量的福也可以增长。所以，灭罪、增长福德需要有一种方便方法，这个方便方法就是皈依三宝。皈依三宝一方面是一种忏

---

[114] 《大圆满心性休息大车疏》：《涅槃经》中云："皈依三宝者，福慧胜资粮，世间佛法增，终获正等觉。"

悔，另一方面是增长福德最重要的一种方法。

懂得了皈依的功德和利益，大家可能也会对此深信不疑的。尤其是真正有智慧的人，他会明白三宝真正的功德是什么，这个非常重要。

接下来讲，皈依三宝还有无量的功德。

丙三、无量功德之利益：

如法行善知惭愧，具有正念不放逸，

获得诸多之功德，心现总持云智日，

梦中亦见不离此，忆念宿世种财饰。

这里说，我们皈依三宝之后，还有无量无边的功德，有哪些功德呢?

“如法行善知惭愧，”皈依佛以后，我们会如法地行持，会知惭有愧。

我们都知道，一般佛教徒在各方面的行为上不会乱来，他有自己的一种约束和惭愧心。

“具有正念不放逸，获得诸多之功德，”皈依法之后，用正知正念来守护自己的相续，用不放逸来经常小心翼翼地守护三门，诸如此类，皈依法的人也会获得许许多多的功德。

我们知道，皈依法之后，法的一些加持和能力，自己自然而然会得到的。这是皈依法的功德。

“心现总持云智日，梦中亦见不离此，忆念宿世种财饰。”皈依僧众以后，自己的心里会显现智慧的日光，并且经常显现各种总持、等持，像云雾缭绕般

特别丰富的功德自然而然会具足。这样皈依僧众的人，白天不离三宝的显现，甚至在做梦的时候也不离开佛法僧三宝。同时也能忆念自己的前世，具足各种各样世间的功德。

其实，并不是因为我是佛教徒，就故意赞叹佛教，而是因为人们在皈依之后，无论遇到世间什么样的现象，确实都会转为道用。在“文化大革命”期间，或者在其他任何一个时代当中，很多佛教徒表面上好像有各种各样比较复杂的境遇，但实际上，因为他们懂得了皈依佛法僧的道理，所以在任何环境当中都会快乐的。

我那天看到，监狱里面的有些佛教徒，确实气色都有点不同。包括到国外的时候，我也看到一些监狱里面的人——每个地方都是一样的，监狱是一个受惩罚的环境，他们可能因为一些前世的业力而入狱，但是有信仰的人会有他的一种面对方法，并不是我们所想象的：“噢，他可能很苦！”他的整个环境也许是很苦的，他没有自由了，但是他内心很开通、很开放。

的确，很多佛教徒也是这样，不管是什么身份，今生也好，来世也好，都可能遇到各种各样的情况。有些确实是自己在行为上犯了法，但有些可能是前世的业力现前，也许还有其他的一些原因。也就是说，作为佛教徒所承受的一些痛苦，有些确实是自己造成的，有些则不一定，也许它的真相在短短的几十年、几百年当中不会被发现。

我们回顾历史的时候，会发现有很多非常复杂

的事情。有些佛教徒在不同的环境当中，表面看来会感受一些约束，而有智慧的人才会知道背后的状况，没有智慧的人可能只看一些现象。所以，当我们看见世间当中的佛教徒或者其他人，在感受痛苦或人生发生个别变化的时候，也应该从不同方面来理解，这是非常重要的。

当然，我们讲皈依三宝的时候，这几个功德一起讲也是可以的。比如说，皈依佛有知惭有愧的功德，也有具正知正念、不放逸的功德，也有总持、等持等一切功德在心里显现，也有连梦中也不会造恶、不离三宝等功德。皈依法也是一样，这几种功德都有。按照无垢光尊者《大车疏》里面的教证，皈依三宝分开来讲也有很多不同的功德[115]。

总而言之，我们自己也会经常感觉到，无论在任何时候，无论谁忆念佛陀，佛陀都会显现在他的面前。虽然我们眼睛不一定看得到，但是他始终为你灌顶、为你加持，这是毫无疑问的（关于这一点，《释尊仪轨》前后都引用了很多教证[116]，你们应该记住），是非常重要的一件事情。

丙四、蒙受善法天尊护佑之利益：

这里讲，皈依三宝的人会蒙受其他天尊的加持

---

115 《大圆满心性休息大车疏》：《施宝童子请问经》中云：“皈依佛者，一切善法皆明显增上，知惭有愧；皈依法者，常不放逸，具有诸多功德，恒时能忆宿世，具有修法之缘分福德；皈依僧者，自心堪能，具众多等持总持法门，种姓恒时高贵，梦中亦不离佛法僧。”

116 《释迦佛修法仪轨》：如《三摩地王经》云：“散步安坐站立卧，何人忆念能仁尊，本师恒时住彼前，彼者将获广大果。”……经中云：“何者作意佛，佛安住彼前，恒时赐加持，解脱一切罪。”……

和佑护。

自成二利众皆喜，终成众生之依处，

作为有情之至亲，故得三身之财富。

- 学会记录

可以啊，我看到很多居士、出家人听课的时候都在记录。其实记录很重要，因为有时候我们的智慧等都是有限的。以后，我们佛教徒遇到一些重要的场合、听一些法师的课，或者听谁讲一些重要的话，都应该学会记录下来，这样很有意义。我在好几年前做的一些记录、笔记，包括在学院管理会议上的一些记录，现在看来是很有价值的。

去年，有一些我熟悉的学生去美国、德国、澳大利亚等国家，他们有些人问我："我到那边去干什么？"我说："一方面你好好学习，另一方面，你最好每天把在那里的生活和情况都记录下来。当你毕业的时候，这也许是你个人的一大笔财富；当你到了老年的时候，这也许是很有意义的。"

所以，我们佛教徒要学会记录。当然，没有必要的时候也不用记，比如吃饭的时候就没有必要拿着一个笔记本。但是在听课的时候——有时候是真正有人讲课，有时候是通过光盘来听课，这时大家应该很认真地把重要的话、教证和心里有好感的那一点记录下来。如果记录下来，每天都记有日期，久而久之，它会成为出世间的一个笔记，这也是很好的；世间当中，我们不一定能把所有的事情都记录下来……

有些大学里面有很好的习惯，学生们会把老师的有些话记录下来；而有些大学特别差，好多学生在听课的一个小时当中全部睡觉。

我那天去一个学校，表面上看来，学生的衣服都非常整齐，我很欢喜："哇，今天我在这里讲的话，应该对他们有一点利益。"可我讲了十五分钟的时候，前排的好多人都已经睡着了，有些歪到东边，有些歪到西边。我中间故意停了几次，喝个茶，还故意瞪了一下。但是人已经睡着了，你在他面前怎么瞪也没有用，他看也看不到、听也听不到。（众笑）

后来他们就非常影响我的演讲，我演讲得很不成功，不成功的主要原因是我看对境的状态不对。其实，即使你用一种假装的眼神、用很专注的样子看着我，我好像也会觉得很有力气："噢，我可能讲得很好，他已经专注了！"还有些人是装着点点头："嗯……"（众笑）这都是一种外在的现象，但是大家确实要把听课当作生活当中、生命当中很重要的一个环节。

我们应该学会佛教里面讲的闻法规律，藏传佛教的有些上师每天都提示闻法规律。所以，以后不管是在网上听课还是在现场听课，大家都应该买一些笔记本，做一些记录。我那天看到，有一个人从2006年开始一直学到现在，他用好大的笔记本写了很多本，作业做得特别多，非常随喜！我当时说："这个还是很有意义的，你死了以后最好把它好好保存。"（众笑）

确实，以前藏地有些高僧大德到外面去求法，他们求法时所获得的传承，光名称就有一大函。有时候，我们对待真正有价值的智慧方面，还是需要有一些不同的方式，不然，佛教徒在哪里听课就像农民参加农村会议一样的。（众笑）

“自成二利众皆喜，”如果我们皈依三宝的话，会得到什么呢？其实自利和他利都会得到的，而且很多众生都会欢喜。

如果我们非常认真地皈依三宝，自己也成为一个非常守规矩的人，那人人都会欢喜；不仅是人欢喜，非人等很多其他众生也会欢喜。

“终成众生之依处，作为有情之至亲，故得三身之财富。”这样一来，这个人最终会成为很多众生的依怙处、众生的至亲，他慢慢会获得三宝的庇护，并获得法身、报身、化身的无量财富。

也有教证说：“皈依三宝者，速疾得佛果。”以前我们也讲过吧，有一部经叫做《佛说灌顶经》，其中说：当你皈依三宝的时候，有三十六尊天尊保护你；如果在这个基础上受持五戒的话，每一戒有五位天尊保护，总共有二十五位天尊保护[117]。因为有这么多天尊已经保护着你，所以我们经常讲，皈依三宝者在三宝的庇护和加持下，一般不需要其

[117] 《佛说灌顶经》：“佛语执持长者。汝审能尔者可礼敬三宝。执持长者即便胡跪合掌礼佛。于是与世尊授三归。受三归已当有三十六善神王。随逐护汝身。佛复告言善男子汝能远恶。求善知识世之希有。我当更授汝五戒之法。佛言第一不杀第二不盗第三不邪淫第四不两舌恶口妄言绮语第五不饮酒。长者执持已受三归及五戒竟。佛语长者。汝能持是归戒。游行之处可无所畏。戒神二十五归神三十六。常随护汝。外诸恶魔无敢当汝者。长者从佛受归戒竟。佛为说法。欢喜信解礼佛而去。”

他什么人保护。

- “独来独去”亦无惧

其实，我们有些法师，自己稍微有点能力的时候最好不要摆架子。当然，出去的时候，女众有一些特殊的戒律，需要有人陪伴，戒律上是有要求的。但男众的话，最好不要摆架子：“这是我的徒弟，那是我的徒弟。”我们佛学院的有些法师从外面回来的时候也是：“这就是我的徒弟，这就是我的徒弟，这就是我的徒弟。”好像三怙主一样的，旁边带三个徒弟。（众笑）

其实徒弟多了非常麻烦的。我是除了一些重要的事情要做以外都不带徒弟，带徒弟是非常麻烦的。有些上师的徒弟会在中间告状、说很多是非，后来徒弟自己也很痛苦，如果上师自己没有见解、没有智慧的话，就经常被身边的徒弟转来转去，也是非常麻烦的。

所以，如果身体特别不好，走路也特别困难，你找个徒弟扶一扶也是可以的。但除此之外，一般很多年轻的法师，不建议带徒弟吧。其实你生活也可以自理，吃饭也可以自己吃，没有徒弟也是可以的。否则，别人看起来会觉得：“哇，这个法师很了不起！前后、左右、上下都被保护着。”但实际上，如果是一个真正的佛教徒，你看，三十六尊再加上二十五尊，总共六十一尊，是吧？六十一尊天尊一直保护着你，这些徒弟不一定用得上。（众笑）

如果人真的要死的时候，徒弟也是帮不上的。去年在成都，有一个藏传佛教的大德，他有好几个

徒弟，最后徒弟和上师全部都被杀了。当时我们佛学院有一个堪布，他出去的时候经常不带徒弟。别人说："你带个徒弟吧！"这位堪布说："你看带徒弟用不上吧，这次他们都遭殃了，带徒弟有什么用？该遭殃的时候都会遭殃的。"

同样的，我们皈依了三宝的话，其实就有了很多保护。除了极特殊的一些情况，比如是女众的身份或者身体不好的时候，可能有必要带徒弟出去，除此之外，法师们尽量不要带徒弟。

我们生的时候也是独来的，死的时候也是独去的，所以《无量寿经》中说"独来独去"[118]，这样也是比较好的。有一些僧众保护的话也可以，但是皈依三宝的人会有很多保护的，不用特别害怕，无论到哪里去都有很多天神保护，他们可能比我们人还有能力，确实是不可思议的。

丙五、具有无量之利益：

这里总共讲了皈依的七个功德，现在讲第五个，皈依具无量的利益。

皈依功德若有形，超胜虚空无量倍。

如果皈依的功德有形状的话，那在虚空界当中都是无法容纳的，是非常大的。

佛经里面说，如果皈依的福德有形色，则遍于虚空界，并且较之更加超胜[119]，皈依的功德是无

118 《无量寿经》："人在世间爱欲之中。独生独死独去独来。当行至趣苦乐之地。身自当之无有代者。善恶变化殃福异处。"

119 《大圆满心性休息大车疏》：《无垢经》中云："皈依之福德，倘若有色相，则遍布虚空，较此更超胜。

量无边的。所以，如果皈依三宝的话，住在寺院里面也好，在尸陀林也好，在野外也好，无论是在哪里，都不会有什么畏惧和痛苦。

其实，没有皈依的人心里是很空虚的。如果有皈依的话，除了前世个别的定业成熟以外，的确是没有什么痛苦的。如果真正前世的定业成熟，那你无论在哪里，都会受到一些业力的果报，这是没办法的，是不可退的。除此之外，很多痛苦依靠皈依都可以消除。

《日藏经》的教证在《大圆满前行》里面也讲过："皈依佛陀之众生，俱胝魔众不能害，纵然失戒心烦乱，亦定趋向解脱道。"[120]《大车疏》里面也引用了这个教证。意思就是说，皈依佛陀的人，即使有成千上万、俱胝魔众也不会害你——你一心一意皈依佛的话，不会有这方面的危害；即使你即生当中因为种种原因，戒律守得不是很清净，自己的心里也产生各种各样贪嗔痴的烦恼等，但是一心一意皈依佛的人，最终也会通过忏悔得以清净，最后前往解脱道。

所以，有些人可能以前受过居士戒，中间因为烦恼深重破了戒；有些人以前出家，后来还俗了。然后他自己就觉得："噢，我现在一切都完蛋了！"于是全部放弃，其实这也不是很合理的。你以前有个别的善法已经放弃了，在实在没办法的情况下犯了罪，但是，你内心当中皈依佛的心一直没

---

120 《大圆满前行》：此外，又如《日藏经》中云："有情谁人皈依佛，俱胝魔众不能害，纵破戒律心散乱，彼亦定能趋涅槃。"

有退的话，很有可能获得解脱啊！《日藏经》的教证也是这样的。因为皈依有这样的功德，所以我们也要尽量地劝别人皈依，这是非常有必要的。

皈依的功德是非常非常大的。在《大藏经》里面有一部经叫做《佛说希有挍量功德经》，也叫《希有希有经》，这个经典不是很多的，其中讲了皈依的功德。当时阿难尊者问佛陀："皈依佛、皈依法、皈依僧到底有什么样的功德和福德？"佛陀回答说："在两万年当中，对三千大千世界所有的佛陀，以饮食、珍宝、药物等各种各样的供品不断地供养，甚至这些佛陀圆寂之后，在他们的七宝舍利塔前，也进行各种各样的供养，包括用一些鲜花、花鬘、幡幢等，这个功德大不大，福德多不多？"

阿难尊者说："这个福德是非常多的。您看两万年当中不断地供养这么多供品，而且不是供养一尊佛、两尊佛，而是供养三千大千世界这么多的佛，功德不可思议，是非常大的。"

佛陀说："如果有人以真诚的心、虔诚的心、纯真的心，口里说'皈依佛、皈依法、皈依僧'，那这个功德超越前面的功德百倍、千倍、万倍，甚至无可言说的倍数。此外，虔诚地皈依佛陀，然后乃至弹指顷受持十善，这个功德也是不可思议的。"[121]

[121] 《佛说希有挍量功德经》："……佛告阿难。若复有人直能供养一佛世尊。满二万岁。四事具足供养恭敬。乃至灭度收其舍利。起七宝塔。一一宝塔。皆以华香伎乐幡盖香油灯烛。一切奉施其福尚多。无量无边不可称数。何况满三千大千世界诸佛如来。二万岁中常以四事供养供给。乃至灭度收其舍利起七宝塔。一一宝塔。各以华香伎乐幡盖及香油灯。种种所须悉皆供养。实得无量无边不可算不可数福德之聚。佛言。

刚才讲的《佛说希有挍量功德经》，你们方便的时候看一下。现在佛教徒经常看这个、看那个，好像在网上也是这样，其实还是要看一些有意义的。这些是佛亲口所说的经，对于这里所讲的功德，也许对佛教理论和修行体系不是很了解的人会说："噢，是了义还是不了义啊，到底是怎么样？"但这是你片面的思想和思维方式，我是百分之百地信仰。

因此，如果没有什么其他能力的话，那在生活当中，白天也好、晚上也好，要经常念"皈依佛、皈依法、皈依僧"，就像我们藏族人一样。但现在的藏族年轻人已经变了，我明天有个藏语访谈，我要着重地讲一下，现在很多年轻人对三宝的皈依并没有那么重视，我想要讲这个。

很多人不懂这样的道理，但是也有相当一部分人，在生活当中随时都是按传统念诵着"喇嘛拉嘉森且奥，桑杰拉嘉森且奥，却拉嘉森且奥，格登拉嘉森且奥"，不管到哪里都这样念，你们有时候可能也会看得到、听得到。

而且有时候，如果不影响周围人的习惯，大声

阿难。犹不如是善男子善女人。以淳净心作如是言。我今归依佛。归依法。归依僧。所得功德胜前福德。百倍千倍万倍。不可算数言辞譬类所能知及。

尔时世尊。复告阿难。若有人能归依佛竟。归依法竟。归依僧竟。乃至一弹指顷能受十善。受已修行。以是因缘得无量无边功德。阿难。若复有人能一日一夜。受八戒斋已。如说修行。所得功德胜前福德。千倍万倍百千万倍。乃至算数譬喻所不能及。阿难。若能受持五戒尽其形寿。如说修行。所得功德胜前福德。百倍千倍万倍千亿万倍。非算数譬喻所能知及……"

念也是可以的。你看转坛城的时候，有些人就一直“嗡班匝尔萨埵吽、嗡班匝尔萨埵吽……”。甚至在我们开会的时候，有些人也是拿一个特别大的念珠：“玛拉雅配……”（众笑）这个可能有点儿影响，我不太赞叹。但是在生活当中经常念皈依三宝的话，功德是那么大！

当然，除了有智慧的人以外，一般人很难发现珍宝的功德。比如说金刚钻石、玛瑙、松石、珊瑚等，它们的功德有智慧的人才能发现，而很多人会把假宝当做真宝。同样的道理，三宝的功德也是有福报、有智慧的人才会发现的。

- **佛教是宗教更是科学**

因此我希望，大家学了这些之后也应该好好地想一想。佛经里面宣说了这么多皈依的功德，以前我们可能不知道，看到别人皈依三宝就认为：“这些佛教徒很迷茫、很迷信的，我才不信这个呢！我不需要这些形式化、神秘化的东西，我只信我的科学。”

其实，我们应该把佛教当作一种科学和知识来看待。现在很多人把佛教看作一种宗教，当然它也是宗教，但更是一种科学，更是一种知识。所以，对于佛教的定义，大家也应该重新思考，不要一直在传统观念当中，认为佛教只是一种宗教。

不过现在，我们觉得有些情况还是可以的。今天有一个记者跟我说了很多有意义的话：“你们喇荣在把佛教与科学相结合这方面很不错，如果没有喇荣，如今不一定有那么多年轻人认可佛教的科学

观。”这也许是他表面的一个赞叹，也许是他思考过的语言，但是我不做评价。

现在，很多高等学校的教授和老师在用另一种方式来对待佛教的神秘观，他们觉得科学无法解释的东西只有在佛教当中寻找答案。以前我们可能想象：“哇，世界上的很多科学家是最伟大的，他们不需要求助于我们的佛法。”实际上也并不是这样，如果你换一个角度，站在他们的位置去观察，就会发现他们其实有很多疑惑，甚至很多科学家也有抑郁症，最后离开的时候也是非常凄惨的。

因此，我们遇到这样的“科学”、学问，应该是很幸运的，但不知道大家会不会懂得这个道理。

下面讲到，一切功德的所依就是皈依。

丙六、诸德所依之利益：

诸妙功德之根本，智者谁人不依之？

“诸妙功德之根本，”皈依是别解脱戒、菩萨戒和密乘戒的根本，很多修行的境界也是通过皈依才能得到的。

比如说，有些人想修密宗一些比较特殊的法，那至少需要皈依的基础。因此，我们任何一个念诵仪轨的前面都有皈依：我今天给亡人做超度的话，前面要念一个简单的皈依；我今天修上师瑜伽的话，前面也要念一个简单的皈依和发心；我今天修一座法的话，前面也要有一个皈依。

尤其是藏传佛教当中，确实有很多仪轨，前面

都有皈依。包括《大圆满心性休息实修法》，其中有一百多个实修引导方法，每一个引导文的前面都有皈依、发心，然后再如何观想，最后回向善根功德。每一个引导文都是这样，无垢光尊者提了一百多次。有些人可能想："啊？为什么无垢光尊者讲的每一座都有皈依、发心，然后是如何观修，最后功德回向众生，为什么这三个步骤那么重要？"其实，最关键的一些要害我们还是要明白，这是很重要的。

"智者谁人不依之？"因此这里讲，一切功德的根本就是皈依，所以有智慧的人，谁不会去信仰它、依止它？因为一切功德依赖于信心，信心依靠于三宝，这是非常重要的，如果没有皈依的话，则是非常困难的。

汉地有一部《三宝感应要略录》，其中说到："释迦如来末法中，一闻三宝生少信，三世罪障尽消除，当生必见诸圣众。"意思是说，尤其是在释尊的末法时代，如果有些人讲了皈依，你听到后生起一点点信心的话，无始以来的罪障也是会消除的，还能见到一切圣尊。

因此，对于遣除一切罪障，皈依是非常重要的；对于增上一切功德，皈依也是非常重要的。包括你的持戒、你的修行，以及你在世间当中获得任何的善妙，都要有一个皈依的基础。

因此我们还是看看周围，别人如果没有皈依的话，就尽量让他皈依。虽然像昨天讲的那样，为了让别人皈依，在八万年当中苦行有一定的困难，但

我们还是很有必要努力地让别人信仰三宝，这样的功德也是很大的。

《阿那邠邸化七子经》中有一个公案，说有一个长者，他有七个儿子，这七个儿子都不信仰佛教，但长者自己特别虔诚，他就跟七个儿子说："你们如果信仰三宝、皈依三宝的话，我就给你们每人发一千两金子。"这七个儿子都喜欢钱，于是都皈依了。皈依以后，长者心里还有点疑惑，他问佛陀："我这七个儿子是为了钱而皈依的，这样有没有功德，好不好？"佛陀说："北方有一些特别大的宝藏，其中的珍宝取之不尽，而你七个儿子皈依的功德实际上还要超过它。"[122]

因此我们在座的各位，你有能力的话就拿一些钱，对身边的人说："你如果皈依，我就奖励你一万块钱；你如果不皈依，我就要对你罚款三千块钱。"（众笑）这样的话，他们也许就会有一些皈依的机会啊。皈依是一切功德的根本，甚至通过一种

[122] 《阿那邠邸化七子经》：……时阿那邠邸长者，与彼七子各赐千两金已，授三自归、受五戒，便往园至世尊所，头面礼足在一面坐。时阿那邠邸白世尊言："我于此间有七子，无笃信意，亦无欢喜心于佛法众，不自归命佛、归命法、归命比丘僧，亦不改杀生，不改盗，不改他淫，不改妄语，不改饮酒。世尊！时七子各各赐千两金，便使归命佛、归命法、归命比丘僧，而授五戒。云何世尊？彼七子颇有福善诸功德，使后有所获不？"

世尊告曰："善哉善哉！长者！多饶益众生，欲安隐众生天人得安。长者！彼七子缘是功德，诸善功德皆悉具足，谛听彼七子所因功德诸善所获果报，我今当说。此北方有国，城名石室，国土丰熟人民炽盛，彼有伊罗波多罗藏，无数百千金银、珍宝、车渠、马瑙、真珠、琥珀、水精、琉璃、及诸众妙宝。彼揵陀赖国人，七岁中七月七日，或以裓盛抱戴，随其所欲皆悉费用，然彼伊罗钵多罗藏无所减少。若复长者！彼七子及此伊罗钵多罗大宝藏，彼七千两金，百倍、千倍、百千倍、无数倍，皆悉不及汝七子所获功德……

诱惑让别人皈依也是有功德的，佛经里面都这样讲了，那肯定是有功德的。暂时看来，他好像是为了钱而皈依的，不是虔诚皈依的，但是通过佛经里面的比喻我们知道，这样皈依也是有功德的。

我原来看到东北有一个老板，每次有人去念佛堂，他就给去的人发五元钱。因为周围住的都是农民，刚开始他们都是想获得钱才到那里去念阿弥陀佛的，但后来他们都慢慢变成了真正的佛教徒。所以，我们有时候也需要有各种方便方法吧，佛经里面是这样讲的。

丙七、遣除有寂衰败之利益：

我们信仰佛教的话，世间当中很多的不利都能排除。

百倍诚信而顶礼，弃罪趋寂众至亲，

皈依恩赐三界福，利乐源泉如意树。

“百倍诚信而顶礼，弃罪趋寂众至亲，”我们用百般的信心、真诚的信心来顶礼、供养三宝，那三宝是什么呢？三宝是能让众生弃离一切罪恶，得到最寂灭的至亲。

“皈依恩赐三界福，利乐源泉如意树。”皈依三宝之后，他会恩赐我们三界所有的福利，他就是一切利乐的源泉，就像如意树一样。

所以，通过皈依三宝，众生相续当中的很多罪障确实会得以遣除，《入菩萨行论》当中也讲了，

我们所皈依的对境，会让怨敌也有快乐的因[123]。所以我们要皈依利乐的源泉，即三宝。因此，就像前面讲的一样，我们要经常把上师三宝观在自己前面的虚空当中，然后供养、皈依、忏悔、祈祷。早上起来的时候也是这样，观想上师三宝在前面……

而且，自己的心态、行为、态度都是很重要的，要有很虔诚的信心。有些到寺院里面的人，如果是没有皈依过的，他会很傲慢地拿着一个照相机“啪、啪、啪”地拍；而皈依过、比较虔诚的人，至少也是没有傲慢心。当然在顶礼的方式上，有些人的腰弯不下来，有些人还是比较恭敬地、虔诚地弯腰。不管怎么样，态度上是恭敬的话，他的心也会得到一定的境界。如果你很寂静地先顶礼，然后寂静地思维、祈祷的话，自己的心态也会变成如是的柔软和调伏，很寂灭、很殊胜、很安乐；如果心态特别刚强，很多烦恼也会自然而然产生的。

《大车疏》里也讲了很多教证，包括《宝积经》《月灯经》中讲的随念三宝的功德，我们生活当中也经常用《随念三宝经》随念三宝的功德。作为一个佛教徒，要时时刻刻忆念佛陀、忆念法、忆念僧众，自己的行为要时时刻刻不离三宝。表面上看这只是一种形式，但实际上，你自己心里会有一种依托，这也是一种快乐的源泉。

我自己经常想，虽然我从小就皈依三宝，但是后来有这么一段闻思的经历，是我即生当中最

---

123 《入菩萨行论》：“何人生此心，我礼彼人身，加害结乐缘，皈依乐源尊。”

快乐、最有意义的。我也遇到过很多佛教徒，他们说："唉，我不学佛的时候，生活确实很无聊，学佛之后才找到了方向。"其实，我们身边还有很多特别可怜、心灵干渴的人，我们也要与他们分享这样的道理。所以，我们作为一个人，不一定要把所有的快乐自己吞下去，而应该在有机会的时候，将这样的财富布施给别人，这叫做法布施。

对于在家人来说，虽然在我们的传统上，好像没有在家人坐在法座上给别人转法轮的；但从历史上看，这样确实也是可以的——没有自私心、真正以很虔诚的心来转法轮的话也是可以的。即使你没有这个形式，但是以某种方式对身边的人直接或间接地传递真理，让别人的生活有了改变的话，就是我们人生当中最有意义的事。

一个人活在这个世界上，除了吃喝玩乐、养家糊口以外，还要做一点事情。有些人做的一些事情，可能会写在历史的大事记里面：某个人是什么时候出生的，什么时候死的，他在何时到何时之间有一些重大的事件。而有些人，虽然没有被记载在历史上，但是他做的一些事情，也许比历史书里讲的更加光荣和精彩。所以，每个人应该在这方面努力！

确实，三宝以及信仰三宝的功德是不可思议的，但是我们身边有很多人不但不知道，甚至还经常诽谤皈依三宝的佛教徒，这也是很可怜的。

甲三、回向本品善根：

赞扬大乐胜德故，诸众谨持正士行，

愿依罪业劣境者，疲劳心性今休息。

“赞扬大乐胜德故，诸众谨持正士行，”前面无垢光尊者用这么多语言赞扬了大乐源泉——三宝的殊胜功德，以这个原因，我相信很多众生会秉持、行持前辈大德和诸佛菩萨的真实行为——菩萨行。

这次听《心性休息》的人比较多，我特别欢喜，不是因为你们人多了对我有什么好处，人多或人少对我无所谓，没有什么的。但是，也许通过无垢光尊者的加持，你们以前不知道皈依三宝是什么，现在稍微知道了。

我希望你们再三地学习，光听一遍还不行的，前辈大德们听了一遍之后又无数次地学习。你们把《心性休息》再学习十遍、二十遍的话，也许相续当中真的会得到加持，很多功德也会自然产生。如果只是听一遍，然后把法本扔在一百五十公尺以外的地方，那不一定能得到加持，也不一定能得到智慧。

“愿依罪业劣境者，疲劳心性今休息。”通过三宝功德的宣扬，让很多众生真正能行持菩萨行；世间当中依靠罪业、依靠恶劣环境、依靠恶知识、依靠恶的教育，在生死轮回中挣扎、感受痛苦、忍受折磨的这些人，愿他们很疲劳的心性获得安息、获得休息。

我看现在的世间当中，有这么多人内心很痛苦，如果通过宣讲佛法，让他们真能稍许休息的话，这就是菩萨行。在座的人，自己稍微在这方面有一点感应和感觉的时候，要把这样的道理跟身边

的人宣讲，这也很重要，同时自己也应该好好地行持。

这就是这一品最后的回向文，《大圆满心性休息》第六品皈依品已经圆满了。讲闻这一品和前面几品的功德，以及这次放生的所有功德（今天僧众这边也做了回向），希望在座的人好好地通过《普贤行愿品》作回向，然后再念一遍《愿海精髓》做广大回向。

第四十课

思考题：

【知识类】

1、四梵住与真实的四无量心有什么差别？什么是有缘和无缘的四无量心？

2、四无量心的所缘和意相分别是什么？为什么要首先修舍无量心？

【修行类】

1、为什么说有些禅修的意义不大？你打算如何安排自己的修行？

2、如何守护清净心行？须菩提尊者的公案对你有哪些启发？

【生活类】

1、修持四无量心时，可以从生活中的哪些方面实际行持？

2、为什么说怨敌对自己也有恩德？未生怨王的公案对你有何启发？

下面我们讲《大圆满心性休息》，前面讲完了人身难得、寿命无常、轮回过患、业因果、依止善知识五个共同加行，以及第六品——不共加行当中的皈依。从今天开始讲第七品——四无量心。

第七品 四无量心

第七四无量心品分十：一、宣说承接文与修四梵住；二、宣说差别；三、宣说所缘境之差别；四、不清净所缘境

之过患；五、宣说真实所缘境；六、宣说意相；七、宣说修持方法；八、宣说其他修法；九、宣说修行之果；十、回向本品善根。

甲一、宣说承接文与修四梵住：

实际上，修任何大乘佛法都一定要修菩提心，修菩提心是大乘佛教基本的修行法。但是要修菩提心的话，之前一定要修四无量心。关于具体的修法，在《前行备忘录》里讲得比较细致、圆满。按照藏传佛教很多高僧大德和修行人的做法，在修菩提心之前都会尽量地修四无量心。如果四无量心修得比较不错，菩提心自然而然能生起来；如果四无量心修得不太好，所谓的菩提心实际上也只不过是说说而已，真实要在相续当中生起来确实会有一定的困难。

所以，我们在讲菩提心之前会讲四无量心。《大车疏》里面是用十个科判来讲的，首先是“宣说承接文与修四梵住”。四无量心[124]是哪四种呢？

如是已具皈依者，慈心大地开悲花，

喜心凉荫舍净水，为利众生修自心。

“如是已具皈依者，”全知无垢光尊者说，前面已经讲了皈依三宝，作为一个已经皈依了三宝的佛门弟子，仅仅停留在这样的内容还不足够。像南传佛教的话，的确可能在皈依三宝之后修一些禅定、修一些简单的法就已经足够了，他们觉得这样就可以了。实际上，学大乘者一定要具足四无量心。

[124] 四无量心也叫做四梵住。

“慈心大地开悲花，喜心凉荫舍净水，为利众生修自心。”全知无垢光尊者在这里使用了一种形象化的比喻。形象化比喻，一般来讲是在修饰法当中不使用表示相同的词，比如说“同样”“一样”“相似”等，而是直接以一个共同特点将被比喻的法和比喻这两者结合起来，相当于拟人手法对两件事情的结合[125]。

这里说，作为一个皈依三宝的人，一定要“为利众生”，那么这四无量心就相当于把众生带入一个非常美丽的花园或清净的地方。

慈心像大地一样，所有的众生都需要依靠它；悲心是在大地上盛开各式各样的鲜花；喜心，在这样开有各种鲜花的美丽地方，还有非常清爽的凉荫；还有湖泊和清净的水，这些比喻舍心。

也就是说，我们要创造一个非常美好的家园或花园，让无量无边的众生在这里嬉戏、享用，快快乐乐地享受大自然的美景，这是世间一般人特别欢喜的一件大事。同样的道理，作为一个皈依大乘佛法的行者，一定要用四无量心来利益无量的众生，通过利益众生来修炼自己的心。

全知麦彭仁波切在《君规教言论》当中也讲了，如果是没有任何自私、全心利益他众的人，谁都会喜欢依止他的，就像一棵美妙的、硕果累累的树，或者是非常清净的水，人们都非常喜欢依止一

125　形象化修饰法：用比方摹拟被比事物性状，加以形象化后，不用同、似等词，使二者形成一体以修饰其词句。分为二十类：省格、不省格、省或不省格、全部、支分、总体、一支、相应、不相应、参差、提高、相违、原因、双关、同况、异况、否定、平分、双重与歪曲。

样[126]。具有利他心的人相当于一个花园、一棵妙树或者是清净的水，所有众生都会非常欢喜地依靠他。同样的道理，具有四无量心的皈依大乘佛法者、想饶益有情者，也会有无量无边的众生依靠他。

大家也知道，在现在的世间当中，谁非常自私的话，靠近他的人可能也会逐渐远离；谁真正有一种无私的利他心的话，靠近他的众生可能就会越来越多，而且他们各自都会得到不同的、非常有意义的价值观。这也算是一种自然规律。所以佛陀在《中般若经》中告诉须菩提，作为大菩萨，应该修大慈心、大悲心、大喜心和大舍心[127]。

下面讲，世间当中也有一些四无量心的说法，这与真正的四无量心之间的差别是什么呢？

甲二、宣说差别：

若与解脱道脱离，则四梵住三有因，

灭道所摄此四者，越过有海四无量。

“若与解脱道脱离，则四梵住三有因，” 如果我们所有的修行没有出离心、与解脱道完全脱离的话，那会成为什么呢？会成为梵天的四梵住。四梵住也叫做四无量心，它会成为三有的因，即色界、无色

126 形象化修饰法：用比方摹拟被比事物性状，加以形象化后，不用同、似等词，使二者形成一体以修饰其词句。分为二十类：省格、不省格、省或不省格、全部、支分、总体、一支、相应、不相应、参差、提高、相违、原因、双关、同况、异况、否定、平分、双重与歪曲。

127 《大圆满心性休息大车疏》：《中般若经》中云：“须菩提，菩萨大菩萨当修大慈、大悲、大喜、大舍。”

界或欲界的因——光是将世间当中有限的众生作为自己的对境，观他们很可怜，愿他们远离痛苦、获得快乐等，这样的观修方法实际上不能超离三有的因、轮回的因。

“灭道所摄此四者，越过有海四无量。”如果什么时候以寂灭的道来摄持四无量心——完全以出离心摄持，以悲心等观无量无边的众生，那么他一定会越过三有轮回的大海，这才称为真正的四无量心。所以说，四无量心跟四梵住还是有一定的差别。

《长阿含经》当中也讲过，有一个刹帝利国王，他接近死的时候，把自己在家的服装全部卸下来，身披三衣，开始修四无量心，后来就转生到天界当中去了[128]。他没有修什么其他的法，但是按照《长阿含经》的意义，一个人到最后的时候，把世间所有的琐事都放下来、出家修行的话，也可以转生到天界当中去。

- **修行应成解脱之因**

现在世间当中，各种不同的宗教也有与四无量心比较相同的一些修法，他们也是观众生可怜，修一些悲心、清净的心，修一些觉知的心；包括我们佛教当中个别的教派，也会经常观修、禅修。看起来他们的身心都是非常非常寂静的，但是如果没有以人无我和法无我来摄持，没有以菩提心来摄持的

128　《长阿含经》：“佛告婆罗门。彼刹利王为大祀已。剃除须发。服三法衣。出家为道。修四无量心。身坏命终。生梵天上。时。王夫人为大施已。亦复除发。服三法衣。出家修道。行四梵行。身坏命终。生梵天上。婆罗门大臣教王四方祭祀已。亦为大施。然后剃除须发。服三法衣。出家修道。行四梵行。身坏命终。生梵天上。”

话，那说明他们的修行没有智慧和方便。如果没有以智慧和方便摄持修行，那么超离三有是非常困难的，更不用说利益无量无边的众生了。

所以，我们在修行过程当中也要知道，哪些人是在修真正的解脱道，哪些人虽然表面上正在修，而且修的时间可能也比较长，安住的时间也比一般人还要长，但修的并不是真正的解脱道。现在有些人在寺院当中，在树下，或者在山洞里面，从早到晚一直修，修的时候整个身上被很多很多蚊子咬了也是如如不动的，整天都在禅定。但是这种修行有没有窍诀，有没有用真正的解脱道摄持？这个很重要的！如果没有以解脱道摄持，心虽然暂时很寂静，但能否真正解脱呢？非常困难。

所以，我有时候看到有些善根很不错的人去出家，当时也很随喜，但是他们好像什么闻思都没有，刚开始就一直参禅，他们住在这样的寺院里面，我也比较担忧——你什么基础都没有打，刚披上法衣（原来有一个领导说："法衣就是法律的衣服。"也可以这么说，是吧？"法律的三衣"。），就住在一些寂静地方，虽然很令人随喜，但修行如果没有搞好，能否成为解脱之因确实也是很难说的，这一点很关键，如果不能成为解脱之因……

我们即生是很短暂的，你以寂静的状态来度过也可以，以比较浮躁的状态来度过也可以。像地狱的痛苦确实是很难忍的，但一般人间的痛苦，即使你没有这样寂静，基本上也是可以忍受的，所以我觉得这样修行的意义不是很大。

最重要的是，我们相续当中真的生起一些无我的智慧，同时生起缘众生的四无量心、菩提心，这些会成为生生世世的解脱之因——菩提心也是解脱之因，前面讲的《经庄严论》大家应该有记忆。

所以大家也应该想到，修行是很重要的。如果没有修行，理论上讲得再好也是不行的；但是，没有理论、光是修行也有一定的困难。所以，我们学院从今年开始要安排闭关，虽然有些发心人员可能比较忙，但是到了接近极乐法会的时候，还是要统一大家闭关，大概是半个月到一个月左右的时间。这是在平时的闭关和修行以外，今年金刚降魔洲对大多数道友的要求。所以，相关的发心人员应该提前调整自己的发心、工作等很多方面。

像国外的话，比如法国、德国的一些人，为了三年以后的三十天法会，会提前做很多很多准备，调整很多工作。有些人是为了一百天，有些人是为了三十天，有些人是为了两个礼拜，都会提前做很多准备。因为很多人其实是比较懂规律的，尤其在现在这个时代，大家都会讲效率，对弘法利生的工作也会讲效率，对于自己的修行，在人生当中也需要有一些安排。

有些人觉得："反正明天怎么样我今天都不知道，明天起来就起来吧，我想走到哪里就走吧。"于是就走走走，想停下来的时候就停下，想吃的时候就吃，想睡的时候就睡，人生没有任何规划，没有任何目标，这样恐怕不是很好的。至少也应该对未来的一年、两年有个计划；如果很有智慧的话，

就要考虑整个上半生怎么度过、下半生怎么度过，下半生要分几个阶段——自己应该对人生有大致的规划。

有时候规划不如变化快，你规划得很好，画的蓝图非常美好，可是在你人生当中实现的不一定是这样的图案，有时候会有变化的。但不管怎么样，人还是需要有远见，这个很重要。要观一些大方向的事情，不管是个人的修行还是集体的发展。就像现在世间的企业，他们经常讲企业的愿景、目标、宗旨等，我们佛教也完全是一样的，大乘佛教的每一个寺院、每一个学院、每一个中心，也应该有这种不同的目标。

甲三、宣说所缘境之差别：

缘无量众为有缘，周遍法性为无缘。

四无量心按照所缘境分两种，一种是有缘的四无量心，一种是无缘的四无量心。

“缘无量众为有缘，”有缘的四无量心是观无量无边的众生——世俗当中大千世界所有的众生，此时有一种执著，也有一些对境，这样来观修的话，叫做有缘的四无量心。

“周遍法性为无缘。”还有一种四无量心是观法性。每一个众生的本体实际上跟法界无二无别，是周遍法性的。我们讲《入中论》的时候讲过缘法的悲心和缘众生的悲心。每个众生的法性其实是空性和光明无二无别的，如果我们缘这种法性来观修的话，就叫做无缘的四无量心，相当于胜义菩提心一

样。有缘和无缘后面也会讲的。

总之，四无量心是依靠众生或法性而观的。依靠法性而观的叫做无缘的四无量心；依靠无量无边众生而观的叫做有缘的四无量心。

实际上，这种修法为什么叫四无量心呢？有一部大乘经叫做《佛说未曾有因缘经》，其中讲到："众生无量故，慈心无量，众生无量故，悲亦无量，众生无量故，喜亦无量，众生无量故，舍亦无量，是故名为四无量心。"因为众生无量，我们观这些众生，愿他们得到快乐，所以慈心是无量的；因为众生无量，观所有的众生，愿他们离开痛苦，就叫做悲心无量；同样的，舍心和喜心也是无量的。因此为什么叫四无量心呢？因为所缘的众生无量。

其实真正观修的时候，如果你没有经验，没有在禅定位实际修行的话，虽然说起来很容易，但实际上一个一个观的时候，你可能很难生起四无量心。下面还会有一些观修方法吧。

甲四（不清净所缘境之过患）分二：一、宣说不净所缘境之过患；二、教诲修学解脱之四无量心。

乙一、宣说不净所缘境之过患：

不清净之所缘境，有缘之故梵天因。

如果我们只观一个众生，而没有观无量无边众生的话，这个观修方法实际上是不究竟的，它并不是真正的四无量心，因为它的所缘境是不清净

的——你只是观一个众生、两个众生、三个众生，只是观有限众生的话，这种观修不能成为无量，它应该叫做有缘的心。而有缘的心只能成为梵天、帝释天、自在天的因，不能成为解脱之因。

我们以前也说过这个公案吧，一个妇女带着女儿过恒河，河水暴涨，她们接近淹死的时候，互相都生起慈心，因为生起慈心的缘故，两个人当场死亡后都转生到天界当中去了。《心地观经》里面的讲法有点不同，经中说，一个女人抱着一个孩子，过恒河的时候都掉进了河里，这时，那个孩子可能不会观想什么，但是母亲想："如果女儿没有死的话，我自己死了也没事。"就对女儿生起一种慈心。后来，这个母亲就转生到天界当中去了[129]。以上两种说法稍微有点不同，也许有各种经典不同的意义。

"生一明定心，亦得梵天果"，《入菩萨行论》当中也讲了，产生一个比较明清的禅定心的话，也能获得禅定的果位。这也是有限的利益众生的一颗心吧，从四无量心的角度来讲，这叫做有染的或者是不清净的心。

佛陀在《善巧方便经》中也讲过，有一个婆罗门在很长的时间当中寂静修行，后来他到城市里的时候，有一个女人对他产生了染污之心。婆罗门就对她生起了极大的悲心，后来还俗跟她成家，依此积累了很多资粮、圆满了很多功德。十二年之后，

[129] 《心地观经》："昔有女人抱其子，渡于恒河水瀑流，以泛水故力难前，与子俱没无能舍，为是慈念善根力，命终上生于梵天，长受梵天三昧乐，得遇如来受佛记。"

他又开始修持清净的戒律和法。这实际上也是一种悲心——缘这个众生，觉得她非常可怜而产生了这样的心[130]。

- **守护清净心行**

但是现在，听说汉地有些居士学了《前行》中星宿婆罗门的公案[131]之后，经常通过各种各样的方式对一些出家人、上师产生染心，甚至经常扰乱他们。在末法时代一定要想到，尤其是染心没有断的话，很多清净的法是没有办法生起的。

所以，作为真正的修行人，首先最基本的，如果你是出家身份的话，应该有出家的一些基本修

---

130 《善巧方便经》："尔时世尊赞光聚王菩萨言。善哉善哉。菩萨正士。如汝所说如是如是。若住大悲心者。能为一切众生断除一切罪垢。善男子。我念过去阿僧祇劫前。有一摩拏嚩迦。名曰光明。于四万二千岁中。修持梵行离诸过失。过是四万二千岁已。而于一时以因缘故。入一王城其名神通。于彼城中见一女人名曰伽吒。时彼女人。见是摩拏嚩迦色相端正。女人见已生欲爱心。来诣其前作礼而住。光聚王。尔时摩拏嚩迦。即问彼女人言。今汝女人有何所求。女人答言。我今求汝摩拏嚩迦共为夫妇。摩拏嚩迦言。我不于女人而生欲想。女人又言。我于今时若不得汝为夫妇者。我当不久而趣命终。尔时摩拏嚩迦作是思惟。我于四万二千岁中。修持梵行不犯禁戒。我于今时不应受是染爱非法。而此女人我宜远离。作是念已。离彼女人而行七步。过七步已还复小住。为其女人起大悲心。作是念言。我于今时发勇悍心。设犯禁戒宁当忍受地狱苦报。不应远离令彼失命。尔时女人闻是言已心生快乐。适本所愿不至命终。光聚王。时彼光明摩拏嚩迦。即执彼伽吒女人手。作如是言。如汝所欲。今我与汝随所应作。如是光明摩拏嚩迦与伽吒女人。于十二年中共为夫妇。彼摩拏嚩迦。过是十二年已。又复精进修持梵行。从是殁已生梵天界。光聚王。汝今当知。彼时光明摩拏嚩迦者。勿起异见。今我身是。彼时伽吒女人者。今耶输陀罗是。"

131 《前行引导文》："星宿婆罗门长年累月在林间持梵净行。一次他到城中去化缘时，一位婆罗门女对他一见终情，生起贪爱，欲绝身亡。星宿婆罗门不由得对她生起悲悯之心，于是和她结成夫妻，以此圆满了四万劫的资粮。"

行，如果你连这个都没有的话，那出家形象也没有用了；同样的，如果你是一个在家居士，那么也应该像一个居士；作为一个上师，也要有上师的一些法相——清净戒律、具有闻思修行和大慈大悲心等。所以，千万不能以一些相似的行为来染污清净的行为和教法，否则也会给自己的心带来非常多的痛苦。

在末法时代，像星宿婆罗门那样具有大悲心的上师也不可能有的，几乎找不到；那么其他人如果那样做，可能是精神有一些问题。女众当中经常有一些人不是真正的修行人，她们根本分不清楚所谓的佛法和贪欲之间的差别。现在末法时代的时候，可能心非常浮躁的人越来越多。这样的女性，自己也应该守护自己的心，否则，清净的心和染污的心分不清楚的话，那修行可能就没有用了。

所以，我们在修学大乘佛法的过程当中要调伏自己的心，这个非常非常重要。否则，很多行为表面上看也是不如法的。虽然有一些大成就者，确实有很多烦恼转为道用的方法——在汉地的禅宗当中也有“烦恼即菩提”的说法，在藏传佛教的密宗当中也有，包括一些显宗当中也有，但是这样的境界对一般人来讲，可能谁也没办法享受。所以，自己也应该用清净的心来调整自相续，而且无论在任何时候，清净的行为都是很重要的。

在一部经典里面，须菩提是这样说的，如果他到城市里的时候，众生会对他的行为产生一些恶心、染污之心，他就宁可不去化缘——他有宿命

通，所以他可以观察，与他结上缘的众生会不会对他产生染污心，如果会，他就宁可一天都饿着，不去化缘。

很多比丘问他："须菩提，你今天为什么不去化缘，就这样饿着？"他说："我害怕别人对我产生染污心。以前，我的行为导致别人产生了染污心，因此，我自己在千百万年当中受了无量无边的地狱之苦。所以从那之后，我发现其他众生会对我产生染污心的时候，就宁可不去化缘，宁可不去站着，宁可不去坐着……"如果他站立的行为会让别人产生染污心，他就宁可不站着，再怎么累都不站，一天都不站；如果他的坐式会让别人产生染污心，他也是宁可一天都站着，而不愿意坐着，要护众生的心。

所以说，不管是什么样的人，要明白佛法真正的教义："自净其意，是诸佛教。""自净其意"，就是说让我们原来不清净的心改为清净——原来是贪心，变成无贪的心；原来是嗔恨心，变成无嗔的心；原来是痴心，变成无痴之心，这叫做真正的自净其意。否则，我们佛教徒的很多行为与佛教背道而驰的话，到一定的时候可能会带来各种问题。

乙二、教诲修学解脱之四无量心：

我们前面已经辨别了什么是真正的四无量心，下面讲到教诫修学能解脱的四无量心。

此为无缘入解脱，具悲心者当修学。

我们前面讲了，真正想求解脱的人，应该修无

缘的解脱，这里指真正的四无量心。不要修有限的“四无量心”，比如只是观一个众生、两个众生。虽然观一两个众生，暂时让他获得一种快乐，最后自己也可能转生到天界或人间，但是最终不能真正获得解脱。

所以，一心希求解脱者一定要修慈悲喜舍四无量心，这个非常重要。

甲五、宣说真实所缘境：

不具快乐之有情，痛苦所逼可怜者，

幸福贪亲嗔疏者，慈悲喜舍之对境。

这里是将所缘对境跟四无量心结合起来讲的。那么，什么是四无量心的对境呢？

“不具快乐之有情，”慈无量心的对境是不具快乐者。慈无量心就是看到不快乐的众生，愿他获得快乐。

“痛苦所逼可怜者，”悲无量心的对境是被痛苦逼迫者，即非常非常痛苦、可怜的众生。

“幸福贪亲嗔疏者，”喜无量心的对境是幸福快乐的众生，愿他们不离开这样的幸福快乐；舍无量心的对境是具有贪心和嗔心的众生——对自方非常贪、对他方很嗔恨，愿他们获得亲怨平等的境界。

“慈悲喜舍之对境。”这分别是慈无量心、悲无量心、喜无量心和舍无量心的对境。

其他经当中也有一些不同的说法。比如说，慈无量心是愿度脱一切众生，悲无量心是愿众生获得

快乐，喜无量心是愿众生获得佛法的境界，舍无量心是愿众生获得平等之心，等等。在文殊菩萨说那罗延的有些经典[132]中也有一些不同的说法。

但平常我们经常讲，悲心是愿众生离开痛苦，慈心是愿众生获得快乐……跟前面讲的稍微有一点不同，但它们真正的意义其实不相违，比如说一个心当中也有悲心、也有喜心、也有舍心，也可以这样讲。

而且所谓的无量心是缘所有的众生，如果只是观人类的话，就不叫四无量心，因为人类只是有限的众生。那我们平时做一些扶贫、慈善，帮助个别众生的话，是不是菩提心的行为呢？应该是。《华严经》也讲了："若见诸贫穷，老病众苦逼，无所归依者，大悲普慈念。"如果见到一些被贫穷、衰老、疾病所逼迫，没有依靠处的众生，我们用大悲心来饶益、护念或垂念他，那么这种心态实际上是菩提心的部分。

我们有时候看到特别贫穷的人、看到疾病非常

---

[132] 《集一切福德三昧经》：那罗延言："文殊师利！云何菩萨得名住此慈悲喜舍？"

文殊师利言："那罗延！若有菩萨作如是念：'我要当度一切众生。'是名住慈；'我要当脱一切众生。'是名住悲；'我要当令一切众生得住佛法。'是名住喜；'我要当以出世间法寂静一切诸众生等。'是名住舍。

"复次，那罗延！菩萨若解诸法界空，是名住慈；菩萨若解诸法界寂，是名住悲；菩萨若解一切法界无著、无缚、无解，是名住喜；菩萨若解一切法界无去、无来，是名住舍。那罗延！是名菩萨住慈悲喜舍。

"复次，那罗延！菩萨若见无我之法而不惊畏，是名住慈；若见一切众生寂灭而不惊畏，是名住悲；若闻一切佛法同等如一佛法而不惊畏，是名住喜；若闻一切刹无尽而不惊畏，是名住舍。

严重的人，就会有真实的感触。我最近接触了很多非常非常贫穷的人，真正看到这些人的家庭、肤色、穿着等时对内心的触动，也许比自己在很舒适的屋子里，观很长时间悲无量心的力度还大，这样之后修行可能会好一点。

我刚才引用的《华严经》偈颂的后面还这样讲："常欲利众生，不求自安乐，功德庄严身，饶益于一切。"意思是说，经常想利益众生，不求自己的安乐，用这样的利他心来庄严自己的身体，会真正饶益一切众生。这样的发心非常难能可贵。

- **修四无量心从身边做起**

我们还要知道，修四无量心的时候要一步一步地做。否则的话，我们口头上倒是说得很好——现在很多大乘佛教徒讲大悲菩提心的时候非常善巧，包括我们堪布、堪姆当中，有些人讲得倒是特别特别好，但是真正让他实际去做的话，可能在一天当中照顾一个病人也不愿意；让他去看一个可怜的孩子、病人的时候，他真正有这个能力也不一定实际去做，他自己所有的人力、财力可能都用在带有自私心的项目当中去了。这种现象也是非常多的。

所以，真正的大乘佛教徒要实际去做。我们说的时候，是观无量无边的众生，愿他们离苦得乐；但是做的时候要从身边做起，一个众生一个众生地去帮助，遇到一个可怜的众生你就帮助他，这就是真正的四无量心的行为。

不然的话，你观是观无量的众生，但实际上一个众生也不去饶益；而且明明自己有能力，有这方

面的资源，然而你没有去做。人生是有限的，虽然我自己在做事情的过程当中，有时候也很累，还会遇到各种各样的麻烦、困难，首先肯定能感觉到这些，但是到后来，结果的确还是比较令人满意的。

我大概在四五年前帮助过一个学生，但是这件事在我的记忆当中模模糊糊的，不是很明显。昨天，他已经找到了一个工作，就给我发了信息，这个信息是很长很长的，里面讲了很多细节：他们原来是什么样的生活，后来怎么样改变的……有时候，对我们有些人来讲很简单的一个行为，也许对别人来讲，就是非常大的一件事情。比如说，我们看到路上的一只小虫被太阳晒得非常可怜，在挣扎，我们把它放在草丛里，对我们来讲，这是轻而易举的事情，但是对它来讲，它的生命能得以延续，并远离了当时的剧苦。

所以，真正的四无量心虽然说是无量的，但是我们自己修持这样无量内容的时候，应该从一个一个众生做起，否则就停留在理论上了。

甲六、宣说意相：

下面讲四无量心的意相，意相就是心态的意思，四无量心的心态是什么呢？

许相得乐离痛苦，不离欢喜心堪能。

我们承许四无量心的心态是愿众生得安乐、离痛苦、不离欢喜、心堪能。也就是说，慈无量心是愿无量的众生得安乐，悲无量心的心态是愿众生远离一切痛苦，喜无量心是愿众生不要离开快乐、欢

喜，舍无量心是愿众生对亲怨的贪嗔、嫉妒全部消失。

这个道理在《经庄严论》当中专门讲了，为什么对众生产生大悲心呢？因为有十种众生需要我们观悲心，比如说：有些众生已经被魔扰乱了；有些众生没有自由，被束缚、被关押着；有些众生的贪嗔痴烦恼已经非常炽燃、非常厉害，等等[133]。

还有，四无量心由四种缘产生。每个众生都有自性存在的佛性或界性，因此都有观大乘四无量心的因缘，这叫做因缘；这样的大乘四无量心依靠善知识来传授，善知识就是增上缘；四无量心依靠不同的对境而生起，比如看到可怜的众生、需要帮助的众生，那个时候你生起四无量心的话，这些对境就叫做所缘缘；此外，前前的因和后后的果之间有一种不可间断的因缘，修前前之因就叫做等无间缘。通过这四种缘也可以了知四无量心。

甲七（宣说修持方法）分四：一、修舍无量心；二、修慈无量心；三、修悲无量心；四、修喜无量心。

乙一（修舍无量心）分十三：一、修舍无量心之必要；二、修舍无量心之所缘境；三、忆念众生之恩德；四、以对境不定而修舍无量心；五、以等性修舍无量心；六、为利众生修舍无量心；七、离得同时修舍无量心；八、舍无量心之真实对境；九、舍心对境逐渐增加；十、舍无量心之修量；十一、修舍无量心之后得；十二、修舍无量心之利益；十

[133] 《大圆满心性休息大车疏》：如《经庄严论》中云："为烦恼敌转，苦逼黑暗障，入于难行道，真具大束缚，贪杂剧毒食，弃舍正道者，力微入歧途，所慈之众生。"

三、修舍无量心之果。

丙一、修舍无量心之必要：

这个修法分四个大的方面，首先讲的是舍无量心，从十三个方面来讲，首先讲修舍无量心的必要。

修法次第虽不定，初学补特伽罗者，

首先观修舍无量，亲疏平等修余三。

一般来讲，修四无量心的话，有些是先修悲心，然后修慈心，再修喜心和舍心；有些先修慈心，然后修悲心、喜心和舍心。无垢光尊者认为，修法次第虽然并不是完全确定的，但是按照他的传承上师的观点，作为初学者的补特伽罗、修行人，最好先观舍无量心。因为我们每一个众生，可能对自方贪得比较厉害，对他方的嗔恨心也很厉害，所以应该先修自他平等。如果自他能得到平等，那再观修四无量心就不是很困难了。

所以我们应该先观自方的亲友——你的父母、老师、亲人、兄弟姐妹等。我们平时认为："噢，这就是我的人。"你给他出钱也愿意，出力也愿意。而跟你没有任何关系的，甚至跟你关系特别不好的那些怨恨的敌人，你就根本不愿意帮助。这种心态实际上并不是平等心，而且是世间当中最不好的一种心。

《大方便佛报恩经》当中讲："师长及父母，及诸众生类，怨亲心平等，恩德无有二。"我们应该对父母、师长及所有的众生修亲怨平等心。为什

么呢？因为，父母对我的恩德和其他众生对我的恩德没有什么差别。

以前佛陀对罗睺罗和提婆达多没有任何偏心，他的确有这样的功德。《大智度论》里面也讲：“种种恶毁佛，佛亦无恶想，种种称誉佛，佛亦无喜想。”如果有人用种种恶语来诋毁佛陀，佛对他也没有恶心；如果用种种赞语来赞扬佛陀，佛也没有什么欢喜和开心。《大智度论》中还说：“大慈视一切，怨亲等无异。”就是说，佛陀以大慈大悲一视同仁，视亲怨完全平等，这就是真正的境界。

所以我们为什么要先修这样的舍心呢？我们现在可能做不到，如果旁边的亲朋好友死了，大家就很痛苦；而跟自己没有任何关系的人死了，好像就无所谓。但实际上，作为一个大乘佛子，真的要对众生有一样的同情感。

最近在天津发生了一次特别大的爆炸，死的人可能也比较多，整个场面看起来特别可怕，光车辆可能都损毁了上千辆，具体死了多少人也有不同的数据，但是这个不重要。重要的是，看到众生受到这种灾难，感到他们确实非常可怜。有时候，我们想到自身遇到这些的话，心里可能特别难受；而跟自己没有什么关系的人遇到这些，好像心里就没有那么刺痛。这就是我们的大悲菩提心修得不好的缘故，所以应该长期修行，到一定的时候，自己的亲人跟怨恨的敌人就没有什么差别了，会到达这种境界。

丙二、修舍无量心之所缘境：

彼所缘境诸众生，心中如是当观察，

贪今父母友嗔敌，汝之此心极恶劣。

我们观想到任何众生的时候，心里面就观察：我今天贪执自己的父母、亲朋好友，嗔恨敌人或者跟我关系不好的、疏远的人，这样的心非常恶劣。

《圆觉经》中也讲了，如果有自他的憎爱，实际上是无法成道的[134]。意思就是说，对自方有一种爱，对他方有一种憎恨，这样的心、这种种子是成道过程当中最大的一个困难。

所以我们要能发现到：特别贪执亲朋好友等自己的人，贪执自己的国家、自己的民族等，又特别嗔恨关系不好、危害自己的人，这种心非常恶劣。为什么呢？因为所有众生都是对我有恩德的，而且他们都会辗转变成我的怨敌和亲友。

丙三、忆念众生之恩德：

无始无终漂泊时，此敌亦成父母友，

饶益于我具恩德，岂能恩将仇报耶？

"无始无终漂泊时，此敌亦成父母友，"众生在轮回当中漂泊的时间是非常漫长、无始无终的，在漂泊的过程当中，我们现在所谓的这些怨恨的敌人——跟我关系不好的，连一刹那也不愿意跟他聚在一个地方、不想跟他说话的人，其实无始以来也当过自

[134] 《圆觉经》："善男子。末世众生不得成道。由有无始自他憎爱一切种子故未解脱。若复有人。观彼怨家如己父母心无有二即除诸病。于诸法中自他憎爱亦复如是。"

己的父母。

我原来引用过一个教证，所有的众生都当过我们的父母，也都当过我们的敌人，但是作为大乘佛教徒，他当过敌人我们就不去管了，而当过父母的恩德如果去观想，这对我们的成就是有利的。

“饶益于我具恩德，岂能恩将仇报耶？”所以，这些敌人无始以来也当过我们的父母，而且当父母的时候也对我做过饶益、具足无量无边的恩德。他们对我有这样恩德的话，我们怎么能恩将仇报啊！如果因为他暂时的行为不好，或者是我自己的行为导致别人不满，我就对他进行危害，这其实是不合理的。

因此，我们现在认为的怨恨的敌人，无始以来都当过父母。有些人在即生当中也对我们非常有恩，但是我们也许没有想到。

- **应忆众生恩**

《毗奈耶经》当中有一个公案，不知道你们记着没有，就是未生怨王的公案，他为什么叫未生怨王呢？因为他没有生下来的时候就已经对他的父亲有仇恨了。他以前是一个婆罗门，临死的时候发恶愿，诅咒频婆娑罗王说：“既然你今天害死我，我将来就变成你的孩子，把你害掉！”不久后，频婆娑罗王家里生了儿子，他想起了那个婆罗门的恶愿，就把儿子从楼顶摔下去了，结果没有摔死，只是摔断了一根小指。后来他又想，这个孩子毕竟是自己的儿子，就没有再杀他，把他慢慢抚养大了。

后来，提婆达多在未生怨王和频婆娑罗王之间

挑拨离间，因为提婆达多很想获得一个跟释迦牟尼佛竞争的帮手，而频婆娑罗王是释迦牟尼佛一个很大的施主，如果把他杀死的话，未生怨王可以跟自己关系很好。提婆达多就说："你想不起来，你小的时候，你的父亲对你特别不好……"未生怨王很生气，就把父亲关起来了。我们讲《观经》的时候也讲过吧，未生怨王想用这种方式把父亲饿死。

未生怨王的儿子特别喜欢看斗鸡。有一次吃中午饭的时候，未生怨王让儿子过来，可他一直不过来，后来这个孩子说："如果鸡吃东西的话我就来吃，鸡不吃的话我也不来。"他比较疼爱儿子，就让鸡也过来一起吃。

当时未生怨王觉得，我这么大的国王跟鸡一起吃饭很不好，他对母亲说："我对这个孩子非常非常疼爱，不然的话，我不可能跟他这样一起吃饭。"他母亲说："其实你不知道，你父亲对你更疼爱。你小的时候生病，指头生疮、流脓，晚上一直哭，父亲就把你的指头含在嘴里，这样你的疼痛稍微轻一点，你就睡着了。当时你手上的恶脓全部在父亲的嘴里，父亲害怕你醒后又疼痛，他就自己把脓全部咽下去了，一直是这样把你养大的。所以你今天跟它一起吃个饭不算什么的，你的父亲更疼爱你，你不应该害死他。"

这个时候，未生怨王就想："我的父亲对我还是挺好的，只不过是我想不起来而已，还是把他放了吧！"但在准备放他的时候，父亲都已经死了，这跟他前世的恶愿、因缘也有一些关系吧。

我们在座的人也是，父母对自己的恩德非常非常大的；有些时候，怨恨的敌人在即生当中对自己也是有恩的，而我们可能不知道，但无始以来，他们一定是对自己有恩的。所以，对于大乘佛教的有些理论，我们大乘修行人在实际行动当中要多多地思维。我们的很多观念实际上是颠倒的，但我们不知道，却认为自己是正确的——敌人就是敌人，亲人就是亲人，一定要亲怨分明！这就是我们现在凡夫人的一个基本原则，但是这种原则也有很多不合理的成分。

所以我们今天讲到，为什么要想众生的恩德？一想众生恩德的时候，会发现每一个众生对自己都有恩。如果我们的观念这样转变的话……就像未生怨王一样，他原来觉得父亲很坏，后来就觉得其实父亲对他也很好，如果在这种观念下父亲没有死的话，他很有可能把父亲安置得很好。

我们也是这样的，原来认为敌人是非常坏的，比如说你们以前产生过一些矛盾，你就认为这个人很坏，其实一想起来，他也给你带来过很多快乐；也许即生当中他是坏人，但是前世他是好人；也许即生当中他是你的家人、是好人，但是前世他是你的敌人。所以轮回当中的很多事情是比较奇妙的：我们认为是这样的，但实际上也不一定；我们今天认为这是对我最亲切、最好、最爱的人，但是过一段时间，他也许对你的危害更大，这也是很难说的。

所以，佛陀所说的金刚语，你细细去思维的时候，也会明白很多道理。

第四十一课

思考题：

【知识类】

1、请简要说明，如何修舍无量心，修舍无量心的量、后得、利益和果分别是什么？

【修行类】

1、如果不能达到真正亲怨平等的境界，至少应如何做？必须要修成舍无量心才能真正生起菩提心吗？为什么？

【生活类】

1、请以公案说明亲怨不定的道理。了知此理后，你如何看待人生中的许多关系？这对做人方面有哪些帮助？

2、修学大乘佛法者，应如何对待身边的人？你是如何做的？

《大圆满心性休息》当中，现在讲四无量心品。前面讲舍无量心，然后讲慈无量心、悲无量心、喜无量心——按照无垢光尊者的窍诀，先讲舍无量心。我们昨天讲到了，观修舍无量心的时候，要观想众生的恩德，因为众生无始以来都当过自己的母亲，所以不应该对他们生起嗔恨心，甚至舍弃他们。

接下来就讲到，我们对于舍无量心的观修对境——众生，不能特意去耽著，因为他也许是亲人，也许是冤仇。所以，众生分别念当中认为的纯粹的亲人或怨敌，实际上是不一定的。这种窍诀和修法非常重要。

丙四、以对境不定而修舍无量心：

此友亦成敌加害，如今亦感彼痛苦，

回报利益岂应理？中者亦成亲非亲，

利益损害不一定，贪恋嗔恨不应理。

“此友亦成敌加害，如今亦感彼痛苦，”如今被我们当作自己父母、兄弟姐妹等的人，这些非常亲密的亲朋好友，实际上也会很快、很容易地变成怨恨的敌人。世间当中大多数怨恨的敌人，其实来自于自己身边的这些人，他们会变成敌人加害我们，而且给我们带来各种各样非常难以忍受的痛苦。

“回报利益岂应理？”那么，我们对他们回报利益合不合理？大家也可以想一想。

“中者亦成亲非亲，”还有一些人是“中者”，对我来说也不是亲友，也不是怨敌。这样的中等人很容易变成亲友，也很容易变成“非亲”，甚至变成特别可怕的敌人。

“利益损害不一定，”而且他们给我们带来的是损害还是利益，是不确定的。

“贪恋嗔恨不应理。”所以，我们现在对个别的亲方非常非常地贪爱，如沸水一般、滚滚汹涌；对个别怨恨的敌人、关系不好的人生起极大的嗔恨心，就像熊熊烈火一样，不断地燃烧怒火。这种行为实际上是不合理的。

不管是贪心还是嗔心，实际上都非常极端，也是非常过分、不合理的，是一种夸张的心态。所

以，具有强烈贪心的人，他也不会快乐的，因为他始终处于一种非常不平静的、浮躁的心态当中；还有一种人经常处于嗔恨心的状态当中，实际上他也不快乐，因为他的心没有安住在本来的心态当中。这样以后，具有强烈贪心或嗔恨心的人，不仅自己直接或者间接感受许许多多痛苦，也给身边的人带来不平安、不安全、不快乐，而且他们处处都带有一种危害性，给人一种恐惧感。

有些人可能想：身边的人有嗔恨心的话，我们的确有一种不安全感，但是，身边的人有贪心的话，会不会这样呢？也很难说的。因为，强烈的贪执所带来的后果和所起的作用也是非常危险的。

所以我们应该懂得，对待所有众生都要带着一种平等的心——所有众生都需要离苦得乐，我都要用慈悲心来维护他们。如果有了这种心态，就是一种非常好的修行。因此作为修行人，虽然在习惯上、在习气当中，对自方有着极其强烈的贪爱之心，对他方、对不悦意的对境经常有一种怒火冲天的分别念，但实际上这些都是非常不合理的。

所以这里也讲了，世间当中的亲怨都是不定的。很有可能，即生当中怨恨的敌人是前世的父母或亲友，而今生当中特别贪爱、执著的家人、亲人，是前世怨恨的敌人。所以，如果是知道前世后世、具有宿命通的人，看到这样的亲怨关系，就会觉得轮回的悲剧、闹剧非常非常可笑。

以前我们也讲过，嘎达亚那尊者曾说："口食父肉打其母，怀抱杀己之怨仇，妻子啃食丈夫骨，

轮回之法诚稀有。”就是说，孩子吃父亲的肉，打母亲的身体，把怨恨的敌人抱在怀里，妻子啃食丈夫的骨头，这样的轮回法非常稀有！

现在世间当中很多的亲怨关系，有些是还债的，有些是讨债的，有些是有各种奇妙的因缘在其中。正因为这样，你对他的执著、对他的嗔恨心也是非常强烈的。

我好像讲过吧，汉地的志公禅师是梁武帝的国师，也是汉地共称的观世音菩萨的化身。有一次，他去参加一个婚礼。因为他有知道前世后世的宿命通，结果就看到，娶妻的这个人娶的实际上是他以前的祖母。为什么会这样呢？因为祖母离开的时候，对自己的孙子非常非常地贪爱，所以她拉着孙子的手就死了。死了以后，因为她对孙子特别执著，就变成了他的媳妇。所以志公禅师就说：“孙儿娶祖母。”

进去之后，禅师看到一个小女孩儿正在吃猪蹄，原来这个女孩儿的妈妈已经死了，死的时候她对女儿也是非常贪执，死后就变成了他们家的猪。后来，他们家把猪杀了，现在女儿正在吃它的肉。所以志公禅师说：“女食母之肉。”就是说，女儿正在吃母亲的肉。

然后禅师到了院子里，有一个小孩子正在为了宴请而敲鼓。他用神通一看，原来小孩子的父亲已经死了，死后变成他们附近的一头驴，后来他们把驴杀死，并把驴皮做成了鼓，整个鼓外面的皮实际上是他父亲的。禅师就说：“子打父皮鼓。”

然后，禅师看到了正在欢聚一堂的亲朋好友，在观察他们前世的时候发现，他们前世都是被杀的猪羊，现在都聚在一起。于是禅师说：“猪羊炕上坐。”就是说，炕上坐的这些全是以前的猪羊等牲畜。

他们当天所食用的所有食物，包括在锅里面煮的鱼虾等各种各样的食物，都是他们以前的亲朋好友。所以他就说：“六亲锅里煮。”所有的六亲眷属都在锅里面煮着。

他后来说：“众人来贺喜，我说：苦！苦！苦！”也有这样的偈颂。

实际上轮回的确是这样的，如果懂得前世今世，我们可以这么讲，举行一个特别大的婚礼也好，过年也好，或者在某种特殊的聚会当中，亲朋好友们聚在一起吃那些动物，然后那些动物全变成了怨恨的敌人，就这样冤冤相报——有时候我们变成人，吃动物；有时候这些动物变成人，开始吃我们自己所变的畜生。

不懂业因果的人觉得，好像吃动物是无所谓的，六道当中的很多众生，在他们看来的确也是无所谓的。甚至有些宗教、有些人根本不把它们当作生命，而是当作草木植物一样来对待，这是非常可怕的事情。

所以，如果我们懂得了轮回辗转的整个悲剧关系，就一定会觉得非常恐怖、非常惊讶，不得不思考人生当中的许多关系；如果你不懂得这些的话，可能也会觉得无所谓。

- 在现实的世界里做一个好人

不管怎么样，这里说，即生当中来讲，很多亲友和怨恨的敌人，他们的身份其实是不一定的。尤其是我们自己身边的这些人，当你特别兴盛富裕的时候，很多人也许是你的好朋友；当你已经衰败或者是沦落为乞丐的时候，你最好的朋友也会远离你的。

《萨迦格言》中说：“有财之时皆为友，一旦穷困皆成敌。”当你有财富、有名声、有地位，有各方面利用价值的时候，身边原来互不相干的人也会变成你最好、最亲密的朋友；一旦你沦落、穷困、身体不好，或者没有什么利用价值的时候，除了极个别特别好的朋友以外，谁都不会看你的，甚至可能另眼相待、怒目相对。这就是世间当中很现实的一个问题。

世间的很多人可能在这方面都有感受。包括一家人当中，当一个人有钱、有能力的时候，家人都对他特别好；一旦他生病了，一旦他最后确实什么都没有了，除了极个别的一些好人以外，其他人根本不会变成他的亲友。这就是很多很多人的做法，我们在日常生活当中也看得到。

从这个道理反过来讲，做人一定要做好人！做好人是什么意思呢？当你的朋友被很多人拥护、赞叹、赞扬的时候，你怎么看待他们，这要看你自己。而一旦你身边的这些人确实遇到了困难，比如说生病了，没有钱了，家里出现各种各样的状况了，这个时候，他们身边的很多亲朋好友，甚至他

们自己的亲生之子也会远远离开的。我们藏族有一句俗话说：当你富裕的时候，天上的飞禽也会来维护你的；当你衰败的时候，自己的亲生之子也会远离你的。这是很现实的事情。在这种情况下，佛教徒也好，非佛教徒也好，做一个好人是很重要的。

什么是做一个好人呢？就是做一个稳重的人。那什么是稳重的人呢？就是说，如果你已经认可了你的朋友、你的亲友，就应该永远把他当作最好的朋友。如果他已经变成了怨恨你的敌人，那你也不要向他报仇。可能你追着他、非要他当亲人的话，他也不一定理你，但这个时候你也不会有过失，因为你也是没办法的。但是从你自身的角度来讲，最好是不要改变。我们经常有这种说法：小时候的朋友，当你离开人间的时候还当成朋友，这是最好的一个做人方法。

现在21世纪，离婚的人越来越多，很多人也是刚开始关系热得不得了，过一段时间就开始互相说坏话，甚至用各种方式来互相攻击。为什么呢？一方面，这是大乘菩提心修得不好；另一方面，我们在做人上可能也有一些欠缺。

所以，每个人至少要处理好自己身边的关系。不应该今天跟这个人好，明天跟那个人好，就像我们藏地的一种刺，不知道汉语怎么讲，这个刺不管遇到什么都会刺穿——只要因缘具足，今天跟这个粘上，明天跟那个粘上，不久又要分开。这样的性格和人格应该说是不受人欢迎的，而且这也不符合大乘佛教的教理。

丙五、以等性修舍无量心：

初当于诸亲友方，观成中者断贪恋，

后将怨敌观中者，断除嗔恨无亲疏。

“初当于诸亲友方，观成中者断贪恋，”我们前面也说了，对亲方不要特别去耽著，应该把他观成一个中等的人。

如果对自己的父母、姐妹、朋友等特别特别疼爱，疼爱得已经过分了、过激了，白天晚上都非常执著，这样对自己的修行、生活各方面，甚至连睡眠都有影响。所以说，有些父母是很可怜的，他们可能对大乘教理也不懂，因此对自己亲生的孩子特别执著；有些人对自方特别贪爱，但太过于贪爱是不合理的。因此，要尽量地把他们观想成中等的人。

“后将怨敌观中者，断除嗔恨无亲疏。”而对怨害的敌人，很多人都特别嗔恨，很想把他的肉吃一块，把他的血喝一口，但心里也还是不满足。

有些人吵架的时候也经常这样讲：“我很想在你的鼻子上咬一口！”就特别生气呀，很想……甚至有些吃素的居士，吵架的时候也想吃肉，而且吃人肉（众笑）。这样也不太好，对吧？本来发愿吃素是很好的，一些死掉的动物的肉都发愿不吃，但是吵架的时候，还没有死的人肉也想发愿吃一口，有这样的居士。出家人应该没有吧？但是也很难说。有些出家人表面上看很寂静，但实际上，里面的嗔

恨发起来的时候，很担心法衣也被烧起来了。

这样对亲方不能过于贪执的修法，修起来确实很难，很多人对亲方还是俱生有一种贪爱。我们这边的很多人，看到家里发生一些事情的时候，比如说父母死了，姐妹出现一些问题了，就特别特别伤心、痛苦；而与自己毫无关系的人受到特别大的灾难时，好像也面不改色，没啥感觉："啊？死了？死了那么多人啊！噢，是什么原因啊？噢，死了，对对对，死了，我也看到了这个新闻。"而与自己稍微有点关系的人死了，他就会说："啊？！是真的？我怎么办啊……"这是因为我们很多人对亲方太执著，而对怨方……可能关系不好的敌方国家遭受灾难时，有些人甚至会说："这个国家天天对我们国家不好，所以他们死了一些人的话……"有些人甚至跳一些欢乐的舞，唱一些歌。其实这些都是不好的心态，不管什么众生都是非常可怜的。

佛经里面讲，有一次，释迦牟尼佛的脚被刺刺伤了，一直出血，当时很多阿罗汉用各种各样的药来为佛陀止血，但都没办法止住。后来，有一个叫做十力迦叶的阿罗汉说："如果释迦牟尼佛您真的对罗睺罗和提婆达多没有任何差别，完全视为平等，但愿以这样的谛实力，您脚上流淌不止的血停止下来。"他当时一说这样的谛实语，释迦牟尼佛在显现上脚上的血就止住了[135]。

135 《杂宝藏经》："尔时如来。被迦陀罗刺。刺其脚足。血出不止。以种种药。涂不能得差。诸阿罗汉。于香山中。取药涂治。亦复不降。十力迦叶。至世尊所。作是言曰。若佛如来。于一切众生。有平等心。于罗睺罗提婆达多等无有异者。脚血应止。实时血止。疮亦平复。"

我们虽然达不到这样真正亲怨平等的境界，但是在修行过程当中要尽量观察：我是不是对关系不好的人经常生恶心、生嗔恨心？如果是，就告诉自己："这样不好的。"要马上制止，让自己的心尽量处于一种中等的状态当中。我们对自方也是经常生各种各样非理的贪爱之心，这是不合理的一种心态。

刚才我讲了，贪心和嗔心这两个心态实际上都是非理作意。在《俱舍论》和其他一些论典里面，都把它们称为烦恼，属于非理作意，是一种不合理的心态。所以，我们作为修行人，尤其是修行大乘佛法的人，应该尽量把这样的心态平息下来，处于一种中等的、也就是中道的心态当中，这就是菩提心修法当中很重要的一点。

很多人说："我要修菩提心！我要修菩提心！"但菩提心是有一定的因缘才能修行的。如果你没有这样的次第，刚开始就想："啊，愿一切众生……"这样说起来的时候是很好说，念的时候也很快乐，但是真正修的时候，从行为上也可以看得出来，到底自己的相续当中有没有真正的菩提心？

这是讲，修等舍的时候先修中等的心。

丙六、为利众生修舍无量心：

第六个问题讲到，为利众生修这样的舍心。其实修舍无量心的时候，对于中等的心到最后也要放弃。

于诸中等者之心，亦为应断愚痴故，

如是观修离三有，同遣有情烦恼心。

“于诸中等者之心，亦为应断愚痴故，”下面是说，我们这样中等的心——不贪、不嗔的心态最终还是要断除。为什么要断除呢？因为它实际上也属于一种愚痴。为什么是愚痴呢？因为它毕竟是对“也不是好、也不是坏”的执著，这样的执著也是愚痴心。

其他有些经论当中讲，我们众生先去分别执著，然后再起贪嗔之心[136]。那怎么会这样呢？首先我去分别：“噢，这个是柱子，这个是瓶子，这个是人，这个是动物，这个是茶杯……”产生了这样中等的分别心之后，“噢，这个瓶子是红色的，很好看，我喜欢。这个瓶子是蓝色的，很不好看，我不喜欢。”依靠这样的分别执著再产生贪心和嗔心。

而不分别好与不好是一种愚痴的心，由这种愚痴心所带来的心态是不合理的。

“如是观修离三有，同遣有情烦恼心。”因此，我们到最后一定要把这样的中等心断除，它是三有的一种心态和执著，依靠这种执著也会生起各种各样的烦恼。所以，我们为了断除贪心和嗔心的烦恼，中等的愚痴心态也应该断除，因为这种心是不合理的。

丙七、离得同时修舍无量心：

实际上，众生对远离痛苦、获得快乐方面是很

136 《中观根本慧论》：“从忆想分别，生于贪恚痴，净不净颠倒，皆从众缘生。”

愚痴的，所以我们要修这样的无量心。

众欲离苦得安乐，然不知此行苦因。

世间当中的众生其实有很多愚痴。所有的众生都想远离一切身体和心灵的痛苦，也想获得世间的一切快乐，这是每一个众生都日日夜夜希求的。但是他们都不知道，只有断除恶法、行持善法，才能获得快乐、离开痛苦——因为愚痴的缘故，他们确实不知道，反而经常行持苦因，造各种各样的业。

《入行论》中说："众生欲除苦，反行痛苦因，愚人虽求乐，毁乐如灭仇。"就是说，众生虽然很想远离世间当中所有的痛苦，并获得快乐，可是他们因为特别愚痴的缘故，往往行持痛苦的因，所以把自己的快乐像仇敌一样全部灭掉。我们世间当中，许多人都是这样做的。

因此，在修四无量心的时候，我们都应该明白，世间的苦因是什么？实际上就是害众生、行持恶法。世间的乐因是什么呢？就是行持善法、利益众生。这是唯一的因果规律，谁也改变不了。

可是，世间当中真正能懂得这样道理的人有多少？大家可能从身边人的行为当中也看得出来，每天他们造的善业是多少，恶业是多少？因此，众生表面上很愿意离开所有的痛苦，但实际上呢，非常非常的难！为什么呢？因为他天天行持恶法而造作痛苦的因。所以这里讲到，众生不知痛苦的因。

丙八、舍无量心之真实对境：

愿可怜兮烦恼众，息诸习气心平等，

愿猛贪嗔所恼众，无有亲疏离贪嗔。

“愿可怜兮烦恼众，息诸习气心平等，”这里讲，舍无量心真正的对境是谁呢？实际上是这些非常可怜的烦恼众生。愿他们相续当中贪心、嗔心等各种烦恼的本体、习气全部息灭，而且获得亲怨平等的心。

“愿猛贪嗔所恼众，无有亲疏离贪嗔。”愿相续当中具有贪嗔的众生，贪嗔全部远离，获得无有亲怨的境界。

要能真正获得这样的境界，我们应该懂得众生都是自己的父母。佛陀在《大方等大集经》中也讲过：“无有一众生，非我父母者，一切诸众生，曾与我亲知。”没有一个众生不是我的父母，所有众生无始以来都曾当过我的至亲。这一点，懂得大乘佛教教义的人可能会比较明白。通过这种方式，我们自相续当中的烦恼也可以息灭；如果没有这样思维，表面上的修行也不一定能完全止息相续当中的烦恼。

其实，我们每一个人在没有懂得这种道理的时候，都有一种愚痴的心，这样的愚痴心让我们对很多事理不明白；如果我们真正懂得了这种道理，世间当中最难的一些事情，或者是在愚痴支配下的行为，也可以轻而易举地断除，包括我们相续当中的一些习气也可以断除。

《众经撰杂譬喻》当中有这样一个公案，在迦叶佛的时候有一个国王，他特别虔诚，为佛陀造了精舍。国王非常疼爱他的第七个公主，那个公主刚

开始信梵志教（婆罗门教），后来信仰佛教，于是婆罗门的教主就对她特别不满。

后来，国王出现一些梦境，梦中发生了种种奇怪的现象，他就问那个婆罗门到底是怎么回事。婆罗门说："这是非常不好的，看这个梦相的话，好像你的国家会出现灾难。唯一的办法是用你的公主做祭祀的供品，把她烧掉就可以消灾，并带来吉祥。"国王自己非常不愿意这么做，就闷闷不乐地回来了。

公主问："为什么您今天这么不开心？"父王跟她说："那个婆罗门告诉我，国家要出现灾难，可能你要当祭品。"这个公主是很有善根的人，她说："如果真正能给国家带来利益的话，那我心甘情愿。不过我要问一下，大概在什么时候做祭祀？"国王说："七天之内。"公主说："那我有几个要求，父王能不能让我满愿？第一个要求是，第一天让南方城市所有的人送我到佛陀那里去闻法。"父王就答应了，于是她把南城里面的很多众生带到佛陀那里去求法。这个时候，公主已经获得了预流果。

然后，到了第二天、第三天、第四天、第五天，公主分别把西城、北城、东城和中城的人们带到佛陀那里去听法。到了最后第六天的时候，她要求皇宫里面的国王、大臣、眷属送她一起到佛陀那里去听课。去了以后，佛陀一讲经说法，国王和眷属们就都开了法眼，明白了取舍。这个时候国王发现，原来自己受到了婆罗门的离间，于是国王改变

了主意，并且让那个婆罗门也信佛教，否则要将他驱出国境，等等[137]。

所以，我们通过佛经里面一些真实的故事，也会明白一些真实的道理。其实在世间当中，不管做任何事情，也许外面传出来的声音是有各种目的或意义的。甚至一些国王，在没有开一定的智慧之前，也没有办法真正地取舍。所以，人们在习惯当中、在传言当中的很多道理，有时候是真实的，有时候不一定真实。但是总而言之，我们为了利益众生而自我牺牲也是非常重要的；尤其是，对自方的贪执、对他方的嗔恨，是一种非常不合理的心态，我们在修行过程当中，要尽量断除这样的心态。

丙九、舍心对境逐渐增加：

观众从一至二三，一域一洲至四洲，

一千二千三千界，直至一切世间众。

这是舍无量心的修法，是很重要的。从观一个众生到观两个众生、三个众生，一直到一个城市里面的众生，再到南赡部洲、北俱卢洲等四大部洲的众生，再到一千个四大部洲的众生，再到大千世界

137 《众经撰杂譬喻》：昔迦叶佛时，有王名拘旬尼，为佛建立精舍满事之。王第七女前事梵志后信事佛，梵志恶之字为僧婢。王有十梦怪而问之。梵志思梦欲陷此女，语王言："得最爱女焚烧祠天乃吉。"王甚不乐。女问王曰："何以不乐？"王说如是，女曰："烧吉者我分当之！"问："几日当祠？"梵志言："后七日。"女白王："虽当死，愿听诣佛所，使城南人尽送我出。"便敕送之。女将至佛所，说法尽得见法。日一方送，城四方面人悉见谛。复求在城中人送，亦如是。六日求王及宫中官属送之。佛为说法悉皆见谛。王乃知梵志欺诈，语梵志："汝几误杀我女，汝不为佛作沙门，当出国去。"梵志不知所至，不得已悉诣佛作沙门，后得阿罗汉果。

的众生——一千世界、二千世界、三千世界，乃至世间当中所有的众生都要去观修。

所以，我们观菩提心并不是一下子就要把所有的众生都观修起来，不是这样的，而是要一点一滴地去观。像现在人们经常爱说的“从我做起，从今天做起”，这句话还是很有意义的。我们修大乘佛法也应该先从自己身边的人做起。我原来也讲过，我们先对自己的家人、朋友、同一个寝室、同一个部门当中的这些人修悲心，然后再将这样的心态逐渐扩大，比如说扩大到整个学院、整个人类，再扩大到所有的旁生界……

连和自己家人的关系都特别不好，却想要把三千大千世界的众生观得很好，这是不现实的；你跟部门十几个人、五六个人之间，都是跟这个不好、那个不好，把他们全都变成你的怨敌的话，那你菩提心修得非常好是不可能的。

所以一般来讲，如果很多人跟你关系不好，说明决定是你自己有毛病，自己有问题，不一定是所有的人都把你看成坏人。除非你有特殊的业力现前——本来你这个人是很好的，但是你的业力现前，你的外现对所有人有一种刺激性，所以大家都对你看不惯，但这是不可能的。

所以我们修等舍的时候，先从一个众生、两个众生、三个众生开始，而且是先从家人等身边的人开始修。

像儒教的一些知识是先从人类开始，《弟子规》中说：“凡是人，皆须爱，天同覆，地同

载。”就是说，所有的人我们都要去关爱。为什么呢？唯一的原因是，他们都在蓝天下，都在大地上，所以要这样观想。如果这个道理成立的话，那么，我们对所有的旁生也应该关爱。为什么呢？因为它们也是在大地上面，也是在蓝天下面。这是我破他们的观点，也许他们不一定这样解释吧，《弟子规》我们在好几年前讲过。

但是在我们佛教里面，像《华严经》中讲：“凡是众生类，相视如父母。”凡是众生，我们都要观为父母。“离恶起慈心，专求一切智。”远离一切恶心，一定要用慈悲心来对待、关心众生；在这样的慈悲菩提心的基础上，我们要求一切智智。这就是菩提心啊！也就是说，《华严经》里面讲的是什么呢？将一切众生观为自己的父母，用慈悲心来维护他们，这就是大悲菩提心；在这个基础上，要有无二的智慧。我们讲过，菩提心有这两种主要的内容。

所以这里讲，修舍心的时候要从一个众生开始。有些人是这么讲的：“你们不是修大乘佛法的吗？那你对自己的寺院为什么那么执著啊？你对自己的班级为什么那么执著啊？这说明你没有菩提心。”其实也并不是这样，因为初学者修菩提心要从身边开始做起。

作为一个法师，他自己的班里有五六十个人，他要先把这个班里面的教学安排各方面都做好。或者说，如果我是一个部门的人，我要跟这个部门里面的人搞好关系，并做好我的事情。然后，我的菩

提心可以再逐渐逐渐扩大。

我原来在我的家乡办一些学校，那时候有些记者就问我：“为什么您非要在自己的家乡造学校，而不是在别的地方造？”我给他们回答：“有两种原因。第一个原因，因为我是当地的人，如果我在自己的地方做，相关的手续各方面都非常方便，如果我在别的国家、别的地方做，可能有一定的困难。第二个原因，我们初学者修大悲菩提心的时候，是从自己开始做起。比如说，从我的寺院、我的家乡、我的民族、我的国家……一步一步来的话，我们的大悲心慢慢可以扩大。否则的话，如果我首先在一个陌生的地方做很多事情，确实也有一定的困难。”

现在有些人说：“哎呀，你不要太自私了！”其实有时候，自私跟修菩提心还是要分开的，我们在分析的过程当中应该分得细一点：哪些是真实的自私和贪执，是要放弃的；哪些是真正依靠这种方法，让你的菩提心可以展现的，这一点，可能很多人要修行。

修行的时候，要从自身做起。“一个众生乃至一切众生”，这之间的差别大家一定要学会分清；由此，也可以分析儒教跟佛教之间的差别。一般来说，儒教和很多宗教是只管人类，不管其他众生；而大乘佛教不仅是管其他众生，而且把他们观作与自己的父母一模一样。这个精神当中有什么样的内涵，大家自己也应该可以分析。

丙十、舍无量心之修量：

舍无量心之修量，自他亲怨皆平等。

舍无量心的修行要达到什么样的境界呢？最后，自己、他人、亲方和怨敌方完全都是平等的，要达到这样的境界。

有些修行比较好的人，可能别人赞叹你的时候，你也没有什么非常开心、特别欢喜的；别人来说你的时候，你也没有什么特别痛苦的。然而，作为凡夫人的话，比如别人说他的时候，他就会说："啊，别人说我，那我就……"今天我遇到一些道友，平时觉得他们修行很不错的，结果呢，他说："别人说我，那我不客气！我一定会让这件事情水落石出，否则别人对我的看法不好，别人对我的印象不好。"

其实，所谓的名声也好，别人说你也好，如果你真正懂得一些菩提心的教义，就不会太在意。对于别人对自己的评价好不好，作为凡夫人来讲，肯定是有这方面的执著。但是，当你修行的境界到达一定程度的时候，也许别人对你赞叹，你也没有任何的欢喜心，别人对你挖苦、诽谤，甚至无因诽谤——现在世间当中有很多很多的无因诽谤，也许一辈子都是不能洗净的，但是有一些修行境界的人面对这些时，心态绝对不会有任何的变化。

所以，我们有时候也可以从这方面看出一个人的修行境界。有些人经常说："我可能开悟了，我应该很不错了。"但是，当听到别人对你的谣言、诽谤时，你的脸色会不会改变？如果真的不变的

话，也许有一点点境界，如果很快就变了……要是有些人说“我开悟了”，你们就故意试一下，说他、诽谤他，看看他证悟的境界怎么样。如果他真的没有什么，那还是很好的。

藏传佛教的个别高僧，以前是在国际上很出名的，后来住在山洞里面。我看到了他们的一些照片，是不是真的也不知道，有时候还是很羡慕的。如果他们在世间弘法，依靠名声确实也是能吸引很多人，但是当时他们还是选择了一种比较寂静的行为，也是过一种非常自在的生活。所有的赞叹、诽谤，所有的亲怨全部都平息，可能在雪山里修自他交换的心，这也是部分人的一个选择。

其实学习佛法应该深入，不管是哪一个道理，如果一个道理学得很深的话，自己的各方面应该会处理得很好。

以上讲的是舍无量心的境界。

丙十一、修舍无量心之后得：

后得无缘舍对境，诸众唯心心如空，

胜义无生空性中，自心离戏中安住。

这是修舍无量心的后得。修中观的后得跟这里的后得不同，前面讲了修舍心，它的后得是对众生没有什么执著，而且最后将所有的众生观如自己的心——所有的众生是以心造的。然后心也如同虚空一样，在胜义当中无有任何产生，远离一切戏论，在这样的远离一切戏论当中安住。

所以，关于出定和入定的方法，有时候是安住在如虚空般的空性中入定，出定时在如梦如幻的境界中为众生回向，这是一种方法；还有一种是，入定时观舍无量心，出定时观空性。也就是说，大悲和空性二者（大悲空性藏），如果修大悲心，那么从大悲心当中出定叫做后得，此时可以修空性；如果修空性，那么从空性当中出定的时候，也叫做后得。所以，这两者没有一个固定的修法。有些人可能想："在修空性的时候，怎么还要在大悲心当中入定啊？"总而言之，我们最好都获得这种没有执著的境界。

《中观宝鬘论》里面也讲了："何时有蕴执，尔时有我执，有我执有业，有业亦有生。三道之轮回，无初中末转，犹如旋火轮，彼此互为因。"如果有了执著，就都不合理的，因此在出定的时候，入于一种无有任何执著的状态当中安住，这就是修悲心的后得，也是修空性，这两个可以互相轮番。

丙十二、修舍无量心之利益：

如是舍心之修量，生起深寂之证悟。

这样修舍无量心，在相续当中一定会生起非常甚深、寂灭的证悟。

因为，大悲心和空性见解其实是互为缘起的。如果我们相续当中真的有了空性见解，那么对众生自然而然会生起大悲心；如果我们相续当中有自他平等的菩提心，也会对空性产生一定的定解。所以，修舍无量心的利益，就是对证悟空性很有帮助。

有些人想：“我很想证悟空性，要快快证悟空性！”刚才我吃饭的时候来了一个人，他说：“我一定要大圆满虹身成就，您要快给我传！”我说：“你先修加行。”“修加行时间太长了，我很想快快虹身成就。我以前看过您的《密宗虹身成就略记》，很羡慕，很想飞！”但可能还是要修菩提心哦！

丙十三、修舍无量心之果：

果无亲疏垢染心，任运自成实相义。

那么，修舍无量心的结果是什么呢？从世俗角度来讲，就是对亲人没有贪著、对怨恨的敌人没有嗔恨，没有这样的染心；从胜义角度来看，就是相续当中真正生起了不可思议法界的、无生的、远离一切戏论的、甚深寂灭的境界。这就是修舍无量心的果。

其实修这样的舍无量心也可以证悟空性，也可以虹身成就，也可以不修加行就在空中飞，所以这也是一种……（众笑）“没有时间修加行，很想虹身”，不过很多人可能也这样想，因为修加行很累，要磕十万个大头，不如还是磕几个头以后就飞起来，飞到什么清净的刹土，在诸佛菩萨面前自由自在地听课，多享受、多快乐啊！但最好还是按程序走吧。

所以，世俗当中会远离一切贪嗔之心，胜义当中任运自成，证悟实相的意义，这就是修舍无量心的作用和结果。

第四十二课

思考题：

【知识类】

1、请简要说明，如何修持慈无量心和悲无量心？修慈无量心的证相和果是什么？什么是无缘之慈心？

2、爱与信心之间的关系有哪四种分类？其中哪些是我们应该具足的？

【修行类】

1、《毗婆沙论》中佛陀照顾病比丘的公案，对你有哪些启发？你打算如何随学佛陀的行为？

2、修慈心和悲心分别有哪些功德利益？你打算如何修持？

【生活类】

1、按照本课的教言，如果想获得幸福快乐，应如何做？理由是什么？

2、懂得轮回痛苦的道理，对你解决人生中的棘手问题有什么帮助？结合自身的体会谈谈，这方面还有哪些道理？

我们现在正在讲《大圆满心性休息》当中的四无量心品，前面讲了舍无量心。为什么先讲舍无量心呢？因为我们首先要让自己的心平静下来，不要对敌人有特别强烈的嗔恨心，也不要对亲人有特别强烈的贪心。在心比较平静的时候，我们要对众生生起慈心，即愿众生获得快乐的心。而获得快乐的来源是离开痛苦，因此就讲到了悲无量心。愿众生具足快乐并永远都不要失去，就要讲到喜无量心。

所以整个修行次第就是，先让心平静下来，然后愿众生快乐，要获得这样的快乐就要离开一切痛苦，再愿这种快乐永远不要消失、永远存在，这就是四无量心的修行次第。

乙二（修慈无量心）分五：一、增上慈心；二、慈心之所缘境；三、慈心之证相；四、无缘之慈心；五、修慈心之果。

丙一、增上慈心：

若于众人皆平等，如愿自母得安乐，

当于一切诸有情，亦皆如是而思维。

“若于众人皆平等，如愿自母得安乐，”我们先对所有众生修了平等心——在舍无量心当中修了亲怨平等。修完以后，我们应该想，愿自己的母亲获得暂时、究竟的快乐——除了极个别特别不孝顺的人以外，每一个人都会这样想的。

“当于一切诸有情，亦皆如是而思维。”同样的道理，就像愿自己的母亲获得安乐那样，愿一切有情也得到安乐。

不管什么样的人都会想：“让我的家人快乐，让我的父母快乐，让我的子女快乐……”这是很多人都非常关心的一件大事。刚开始我们可能观不了“愿一切有情获得安乐”，但是到最后真正生起慈无量心的时候，无论对任何一个众生都会这样观想。

当然，实际上很多人不一定修得成这种慈心，

尤其是没有大乘根基和大乘修行因缘的人，一讲起自己的时候就很关心，一讲起别人的时候就不一定了。

佛陀在《杂阿含经》中也讲过，有一次，他手上拿着一点土，对众比丘等弟子们说："是大地土多，还是我手上的土多？"很多弟子说："您手上的土非常非常稀少。"然后佛陀就以这个比喻说，在芸芸众生当中，哪怕是在短短的时间里修慈心的人，跟整个世间的人相比也是非常稀少的[138]。

比如说，现在世界上有七十多亿人口，这些人口相当于大地的尘土数，而修大乘慈无量心的人数，就像一个人从大地上拿一点尘土的数量一样，非常非常少，这是佛陀在世时所说的比喻。不管怎么样，如果能真正修行的话，慈无量心会给我们带来非常大的利益。

《般若八万颂》当中也说过："当修不为声闻、缘觉所动之慈心。"为声闻缘觉所动的心是什么呢？就是自私自利，可以说他们有一种想自己获得解脱的心。而我们要修的应该是没有自私自利的心，愿所有众生获得快乐。其实这样的心也能让我们自己获得快乐，这是一种缘起力。

现在世间人特别强调讲快乐和幸福，每次我去

---

138 《杂阿含经》：尔时，世尊以爪抄土，告诸比丘："于意云何?我爪上土多，为大地土多?"比丘白佛："世尊，爪上土甚少少耳，其大地土无量无数，不可为比。"佛告诸比丘："如是，众生能数数下至弹指顷，于一切众生修习慈心者，如甲上土耳;其诸众生不能数数下至如弹指顷，于一切众生修习慈心者，如大地土。是故，诸比丘，常当数数，于一切众生修习慈心。"

外面的时候，很多人都会出“如何快乐”“如何幸福”的题目。但是你没有造善业的话，我讲得再好也没有用的，没办法通过一两次的演讲，让你内心当中彻底获得幸福。但是，如果有人真正能修持像慈心那样的心，一定会有这方面因缘的。

《大般涅槃经》中也讲过：“若能于众生，昼夜常修慈，因是得常乐，以不恼他故。”如果我们日日夜夜对众生修慈心，以这个因缘，会常常获得快乐，而且不为他人所恼。

原因是什么呢？因为修慈心的话，我们即生当中就会利益众生，而且不害任何众生，这样众生也不会来害我们，这是一个原因。还有一个原因，我们不快乐的来源，大多数跟别人有关系——我今天为什么不快乐？因为看不惯这个人，跟他的关系不好，可他在我面前一直出现，我从这边来的时候，他就从这边出来了，我不愿意看见他，就往那边去，结果他又跑到那边去了，又在我面前显现。我吃饭的时候，他也在某个地方看着我，我睡觉的时候也经常梦到这个坏人。所以，让我们不快乐的因，既有他人的损害，也与对他人慈心不足有一定的关系。

以后，如果PPT上面有一些教证，你们也可以用手机、Pad把它拍下来，这样可能方便一点，现在世间的很多演讲当中都是这样的。我们也不能一直只用着古老的笔，这个世界都已经变成这样了，我们不跟随也可能没办法的，但是也不能因此而散乱。

刚开始，我在讲《入菩萨行论》的时候，也特

别排斥出家人带手机，但是后来，好像修行好的人即使有手机，影响也不是很大，修行不好的人，怎么样制止，有时候也没办法。

现在在任何演讲场合当中，也有人用手机拍照，但是太多了不一定很好，过一段时间我也可能遮止（众笑），看情况吧。

丙二、慈心之所缘境：

祈愿慈心所缘境，所有一切诸众生，

暂时获得人天乐，究竟获得菩提乐，

从一乃至无边数，一切众生而观修。

其实这里讲四无量心确实讲得非常细致，我很希望，大家很认真地把《大圆满心性休息》里面的这些金刚语，不但要学好，而且要修好。世间当中其他乱七八糟的书，还有这个“上师”、那个“上师”各种各样分别念的语言都是不可靠的。最可靠的就是真正的大成就者所说的非常公认的金刚语言，这个是很重要的。

现在人们学习佛法的时候，引用金刚语的人很少，很多人经常以一些世间分别念的语言对佛法断章取义，这并不是很好的。

“祈愿慈心所缘境，所有一切诸众生，暂时获得人天乐，究竟获得菩提乐，”慈无量心的对境是什么呢？愿所有的众生暂时获得人天的快乐，究竟获得佛陀的安乐。

我们不是讲，慈无量心是愿众生获得快乐吗？

那获得什么样的快乐呢?

人间也有各种快乐，有吃的、有穿的……这属于人天乘的快乐。其实现在很多宗教提倡慈善，我们大乘佛教也不能排斥，因为他们也是强调一些人天的快乐。

但光让众生获得人天的快乐还是解决不了问题，因为这不是长久的快乐、永远的快乐。最究竟的时候，应该让他们获得永远灭尽自相续当中一切烦恼障和所知障的菩提果位，要获得这样的快乐。

“从一乃至无边数，一切众生而观修。”这样的慈心，先从一个众生开始修。比如，观想关系平等的一个众生，愿他暂时获得人天的快乐，究竟获得佛陀的安乐。然后，像前面的舍无量心一样，修行的范围逐渐逐渐扩大，最后扩大到无边众生，对所有的众生也这样观修。这是四无量心的基本修法。

所以，愿不具安乐的众生具足安乐，从慈和悲来理解的话，就有不同的反体或侧面。如果我们没有细心的话，慈和悲之间也容易搞错，爱和信心之间也会搞错。

以前有一个大德，在他的论典当中也讲过，爱和信心这两者应该有四种分类：是信心而不是爱，即对轮回、因果确信不疑，这个是信心，但不是爱；是爱而不是信心，即有些人对自己的家属、子女特别爱，但这个不叫信心；又是爱又是信心，即对上师、佛陀、三宝的功德特别喜欢，有爱的心，同时也有信心，这个是既有爱又有信心；这两者都不是的话，就是我们平时生起的嗔恨心等心态。同

样，悲心和慈心也有不同的反体。

凡是想要众生获得快乐，就一定要行持慈悲心。《毗婆沙论》当中说，有一次，佛陀看见房舍里面有一个比丘，病得非常严重，生活都没办法自理，而且不净粪都在自己的周围，衣服也全部弄脏了。

佛陀看到他的时候，他说："我是无依无靠的，周围没有慈心者。"佛陀问他："你自己身体健康的时候有没有照顾过别人？"他说："没有。"佛陀就呵斥说："你健康的时候没有照顾过别人的话，你现在生病也不会有人来照顾你。"

后来，佛陀亲手把他衣服上所有不干净的东西都洗掉，还亲自把他周围的不净粪全部清理掉。然后，佛陀用具足百般功德的妙手给他加持，后来他的病也好了[139]。

佛陀又说：所依处其实是具有慈心的善报，依靠善报的能力，面临痛苦的人也可以获得快乐。获得快乐的方法是各种各样的，只不过我们可能没有

---

[139] 《毗婆沙论》："如所说。世尊游诸房到一房舍。世尊见彼房中有一比丘。遇患苦痛独自无伴。眠大小便中不能起居。世尊知而问比丘。何以故遇此患独自无伴。病比丘质直白世尊曰。唯世尊。我窳惰不能看视他。他亦不看视我。唯世尊我无所依。唯善逝我无所怙。世尊告曰。比丘。汝不为我故出家学道作沙门耶。比丘曰。唯然世尊。唯然善逝。世尊告曰。比丘。我是汝所依及天世间。彼时世尊于彼卧处徐徐扶起。将出外安徐令卧。彼时世尊还入房中。出彼荐席除大小便。泥治卧屋更布新荐席。洗浴病比丘已。更着新衣浣濯故衣。还将入房。徐徐卧新床褥上。以手摩身世尊告曰。比丘。若汝不增勤修不到欲到不获欲获不证欲证者。比丘但更遭重患复甚于此。如世尊以手摩病比丘。所苦即除便得乐痛。得乐痛已。世尊随顺为说妙法。比丘闻说法已。远尘离垢。诸法法眼生。"

去争取。

因此发了菩提心的人，在自己的生活当中，在周围看见一些病人的时候，去照顾他们是很有必要的。你现在很健康，你照顾了别人，一旦你自己生病的时候，有良心的人也会来照顾你。别人病的时候你去照顾他，但是你病的时候别人一点都不理睬，这是不可能的事情。所以，我们对世间基本的规律也要懂得，这是一个。

还有一个，即使你再有功德、再了不起，看到身边不具足快乐的人，也应该想办法帮助他。像佛陀那样具足功德的人，在整个世界上都是没有的，但佛陀还是亲自去帮助别人。因此，我们作为凡夫人也确实应该这样去做。昨天我去一个洗手间，可能有些人水平比较低吧，把里面弄得特别特别脏。我自己也发了大心，就开始冲冲冲，虽然洗手间已经干净了，但是回来以后我就不想吃饭了（众笑），没办法。所以凡夫人有时候发心也痛苦。

丙三、慈心之证相：

生起周遍之慈心，胜过慈爱独子母。

生起慈无量心的界限是什么呢？对所有的众生，虫类也好、飞禽也好、鱼类也好、人类也好，当我们看到他们非常可怜、不具足安乐的时候，生起极其强烈的慈悲心。而且这种慈心并不是相似的，“噢，这个很可怜”，好像心里没有什么触动，没有什么感觉，不是这样的，应该是胜过一个慈爱的母亲对自己的独子所生起的慈心，这个是很

有感受的。

佛陀在两千五百多年前也感觉到，将来的社会很多家庭都是独生子女，很多父母是独生子女的父母，那个时候人们的感受是什么样的，佛陀应该知道。

如果是独生子女的父母，他们只有一个孩子，这个孩子如果遇到痛苦或生病的时候，我们都看得到，很多父母是非常心疼、非常关注的。那么，我们的慈心到了一定境界的时候，的确对所有众生都能这样观修，这也是修行过程当中非常重要的。

这样修慈心其实很重要。可能有些人经常供养、布施，对这些很重视，但是真正修慈心的话，功德远远超过这些。以前龙猛菩萨在《中观宝鬘论》里面也说过："每日三时施，三百罐饮食，不及须臾间，修慈一分福。"在每天三顿饭当中，每顿布施三百罐饮食给很多众生，一天就有九百罐，这样的供养和布施，不如一瞬间观修慈心的福德大。

有些出家人也好，在家人也好，如果你有福报、因缘，也可以重视布施；但是，如果因为布施而对佛法生起各种各样邪见的话，财布施就没有必要了，你应该在寂静的地方好好修慈心和悲心，这个功德远远超过财布施。

- 佛法是一种高尚的教育

现在有一些居士、出家人，经常以学院的名义化缘。我们是非常反对化缘的，希望大家还是不要

以学院的名义来供什么万僧斋、百僧斋、十万僧斋、供十万盏灯、修各种建筑……现在网络上经常有人以学院的各种名义来化缘，这确实给很多人带来不好的影响，不如还是自己修一些悲心。否则，也许将来会有很多人对这个道场产生各种各样的邪见。

我们如果把佛法当作一个非常好的教育来弘扬，就不会有任何的危害——对弘扬者个人也没有任何危害，对他人包括一些信众也没有任何危害；如果把学佛当作一种赚钱的途径，那在这些人当中，有些是心清净的，有些不一定心清净，背后有各种目的。

我们现在看到，有些人以学院的名义来建医院等，有各种各样的说法，希望各个地方的道友们很认真地去观察。否则，可能信士的金钱也已经浪费了，同时，很多人也对我们清净的道场退失了信心，甚至生起邪见，而这些都不是我们的意愿。

我们弘扬佛法，是把它当作一个非常高尚的教育和转化人心的方法，而且很多福德和修行也是依靠自身修慈心、修悲心等来完成的。这样修行一瞬间的功德是非常大的，就像《中观宝鬘论》中所讲：每日三时当中布施、供养三百罐饮食，不如一须臾间修慈心的功德大。所以，这个问题大家也应该想一想。

我们学院当中也有个别的人不好好闻思，在闻思过程当中，从来都看不到他背一部论典，背诵也好、笔考也好、讲考也好，在考试当中根本看不到

这些人。而在其他的事情上面经常有他，要么带这样那样的人，要么……现在的消息比较灵通，以前这些工具不是很多的时候，我虽然没有天耳通，但是也经常在学院当中听到一些道友的过失、功德。

我对学院确实比较执著，特别希望大家很好地保护学院、其他的佛教道场和修行人。因为现在的修行环境一方面很好，有各方面的因缘，但另一方面也有各种各样的邪魔外道，他们想趁此机会毁坏佛教，大家也应该能感觉到。

慈无量心的证相是这样的，下面讲无缘的慈心。

丙四、无缘之慈心：

修习有缘慈心后，诸法等性中入定，

无缘广大之慈心，慈空双运为验相。

“修习有缘慈心后，诸法等性中入定，无缘广大之慈心，”我们前面也讲了，修舍无量心到最后要跟空性结合起来，修慈无量心也是这样的。前面修有缘的慈心时观一切众生，这是有执著的慈心。修了之后，对所有的众生和诸法都没有任何所缘、能缘，没有任何有相的执著，在这种境界当中入定。

入什么样的定呢？就是修一切万法都是空性的。就像《中观宝鬘论》和佛经当中所讲的一样，暂时在显现上，所谓的众生好像是由地水火风空识很多因缘组成的，但是你真正去剖析的话，就像阳焰水、芭蕉树一样，都没有任何的实质[140]。

[140] 《宝鬘论》：“士夫非地水，非火风虚空，非识非一切，此外士为

所以，一切万法就像《三摩地王经》里面所讲的一样，剖析芭蕉树的时候，内外都没有任何实质[141]。同样的，如果里里外外观察，众生从来都没有成立过，这就是众生的空性。可是这些众生对此根本没有懂得，因此我们对他们生起一个非常强烈的慈悲心。

“慈空双运为验相。”慈心和空性实际上是双运的、相辅相成的，也就是说，二者是互为缘起的。如何互为缘起呢？一旦我们进入了远离四边八戏的空性当中，就会在后得位对众生生起特别强烈的慈悲心；有了慈悲心的时候，逐渐也可以进入到最深层的空性当中。

因此可以这么讲，我们修行一切万法等性的时候，会有无缘广大的慈心。很多人可能也会感觉到吧？稍微听过一些中观和般若空性的人，你用智慧来分析的时候就感到，每天看见的这么多人特别可怜。为什么呢？因为他们所耽著的东西全是空性的，可是他们自己根本没有了解到，而且一直漂泊在轮回当中，所以特别可怜！你一旦有了这样的空性见解，就会对众生生起这种悲心。包括自身安住在诸法无实相的状态当中时，完全可以进入一种空的状态。而且这种空的状态，也并不是本来不空的东西非要把它观为空性，不是这样的，诸法的本性就是这样。

何？十六界聚故，非为真实有，如是一一界，聚故真性非。蕴非我无彼，蕴我非互依。”

[141] 《大圆满心性休息大车疏》：《三摩地王经》中云：“如人剥开湿芭蕉，欲从中得实有果，然而内外皆无实，当知诸法亦如是。”

我们经常讲“慈空双运”或者“智悲双运”，这两者的意思完全是一样的。我在刚开始的时候，包括做一些慈善、办一些学校，都是用“智悲”两个字。“智悲”的涵义，如果从显现上讲很简单，就是智慧和悲心，这是人人都需要的，慈悲和智慧永远是新鲜的话题，是很重要的；如果再讲深一点的话，那么慈悲的本体是显现分，智慧的本体是空性，“智悲”即现空双运；诸法的道理再进一步，就讲到如来藏的本面，光明和空性无二无别，这是非常重要的。

所以，我有时候讲“智悲”，有时候讲“慈慧”，完全是“智悲”的话有时候担心……所以“慈慧”也是同一个意思。

这里也讲到，一切万法是空性的，而且这样的空性，最后抉择的时候也是不成立的。因此，按照《三摩地王经》里面所讲：“……当知诸法亦如是。”这样来理解以及观空性很重要。

丙五、修慈心之果：

修习慈无量心果，令人见而心愉悦。

修慈无量心的果是什么呢？修慈心的人修到最后，任何一个众生见到他都非常悦意，而且他看到所有的人也都很欢喜。这是相互的一种因缘。

有慈悲心的人，不论到任何一个世界，都应该是很快乐的。就像一个乐观的人，不管是在什么场合当中都感觉很好，比如说在寂静的地方，他就觉得：“寂静很好啊。”到了人群当中他也觉得：“

很好啊，可以度众生。”但在悲观的人看来，在寂静的地方就觉得：“好孤独啊，寂寞啊，好伤心啊！没有人陪我，很痛苦的。”到了人群里，他又会觉得：“好伤心啊！那么嘈杂，那么复杂，周围都是坏人！”

确实，我们的心态还是起到很大的作用。比如说下大雨的时候，一个乐观的人会说：“噢，下甘露水啊！这是三十三天、四大天王等所有的天人和持明者降下的甘露药水，很好，享受享受！”而悲观的人就会说：“好冷哦，好痛苦哦！这个毒雨，下这么大的暴雨啊！很伤心，没有因缘啊……”

因此，修慈心的人无论在任何时候都非常开心，众生看到他的时候也很欢喜。《入行论》里面也讲过：“眼见有情时，诚慈而视之……”我们看众生的时候，应该用慈悲心来看他，不管是任何有情。但我们内心当中没有慈悲心的话，可能看任何众生都是很痛苦的眼神，或者是带有嗔恨心的眼光。

还有一部佛经叫做《出生无边门陀罗尼经》，其中也说过：“慈目视众生，得大威妙色。”用慈悲的目光看众生的话，会得到微妙色。如果我们每次都用一种慈悲的眼光来看众生，那自己的气色就会好，不用特意到美容院里面去，打抗皱针、美白针等，现在有各种各样的针。

尤其是去其他国家的时候，他们经常在这方面提出特别多的问题。其实打这些针不是很健康的方法，里面应该有很多化学物和毒素，当这些进入身

体的时候，不但不美、不能消除皱纹，甚至可能更加不乐观，会逐渐变得很丑陋。因此，如果想真正获得一种内心的美，就要修慈悲心来观众生。

其实关心自己是很重要的，不管是身体还是内心都应该去关心，大乘佛子也是这样的。有些修行人说："哎，我是修行人，什么都不管。"对自己的饮食、健康，包括各方面的卫生都不管，这不是很好的。

以前他们说，有一个汉族喇嘛到藏地后，五年当中没有刷牙，真的有这个例子，我都知道名字（众笑），不知道他今天有没有听课。这样很不好的，这个是基本的卫生。以前，因为藏地各方面的条件有限，所以卫生情况确实很差。但现在看来，有些藏族喇嘛的卫生远远超过汉族喇嘛，他们好像比较重视这个。而我们有些人学一些大瑜伽士，这是很不好的。

我们对穿着的衣服，还有自己基本的健康、洗漱等卫生要重视，这是很重要的；还有更重要的，是平时的饮食观念，这对于修行人也很重要的。有些修行人说："反正这个身体是臭皮囊，没有什么的，吃什么都行！"随便有什么就吃一点，也没有时间观念，这样也不合理。《中观宝鬘论》《入行论》等很多论典当中，讲了作为修行人应如何行持，尤其是《毗奈耶经》当中有特别细致的一些要求。

在家的居士也好、出家的修行人也好，都应该保护自己的身体，这是非常重要的。《中观四百

论》中也说：虽然身体像仇敌一样，对我们也有害处，但是如果保护它的话，就可以修集很多的福德资粮[142]。

因此，希望大家重视饮食健康。可能女众这边有些人，特别爱吃什么辣的、咸的等各种各样的零食。凡是有一个东西就开始不停地吃，有些人好像连外面的包装壳还没有拆下来就开始嚼。有些食品确实不太好的，吃了以后不一定很健康，这方面我觉得还是要重视好一点。

《大车疏》里面还引用了《十方广大解脱经》的一个教证说：如果一个人在诸世界中，乃至一个劫中修清净的戒，不如在一刹那当中修慈心的功德殊胜[143]。这句话还是很重要的。我们平时修清净的戒律是很重要的，但是在某种意义上，修一个劫的清净戒律也不如在短短的时间当中修慈心。

我们学院每年也有一百天的禅修，还有全学院封闭式的半月修行，也有这种闭关。有些人说："我不会修怎么办啊？您再给我教一教，虽然我来学院很长时间了，但我现在什么都不会修，您现在可不可以给我教一教？"我觉得你也可以修加行，五十万加行你会修啊，实在不行的话你也可以念咒语。

我们今年在闭关期间准备有三方面的规定。一

142　《中观四百论》："虽见身如怨，然应保护身，具戒久存活，能做大福德。"

143　《大圆满心性休息大车疏》：如《十方广大解脱经》中云："谁于诸世界，乃至一劫间，护持清净戒，不如一刹那，修持慈心胜，谁于此世间，身语意造罪，纵定堕恶趣，依慈令速净。"

个是进行禅修，你可以安住在中观、大圆满的空性当中。二是可以观慈悲心。我觉得慈悲心很好观，可以想："愿所有众生获得快乐！"就拼命地这样想。因为我们的心刚开始可能很难堪能、很难转动，但慢慢慢慢，你的心就开始调柔、柔软了，这个时候你想观什么都可以，心也会听话的。

所以，我们先从自己的家庭、身边的人开始修慈无量心，然后再缘所有的众生。你不能刚开始就缘无量的众生，不然就成了非常笼统的了。要一个众生、一个众生地观，尤其跟你关系特别不好的人，你在闭关期间一定要关注他。原来有一个人也说过："闭关期间我对佛陀都没有观想，而某个人对我制造的违缘太多了，所以我就一直把他当作佛尊来修，最后出关的时候，我就对他没有什么意见了。"所以我们要修这样的慈心。

修慈悲心很重要。马鸣菩萨说："我护诸众生，犹如一子想，假设欲害我，我亦生慈心。"我要护一切众生，观众生犹如自己的独子；如果众生想害我，我也对他生慈悲心。这个很重要的！在生活当中可能经常有人害我们，对我们不好，在这个时候要尽量观修：这个众生无始以来当过我的父母，愿他获得快乐……用这种方式来修。

下面讲悲无量心，从七个方面来阐述，首先是思维众生的痛苦。

乙三（修悲无量心）分七：一、思维众生痛苦；二、宣说悲无量心之修法；三、真实宣说悲无量心；四、修悲无量

心之原因；五、修悲无量心之证相；六、修悲无量心之入定与出定；七、修悲无量心之果。

丙一、思维众生痛苦：

慈心周遍众生后，如心不忍父母苦，

思维一切众生苦，生起强烈大悲心。

愿所有众生获得快乐的慈心周遍于一切众生后，我们可以在心里面观想：如果自己的父母感受痛苦，我肯定是不忍心的，那么以此类推，思维三界轮回当中的所有众生在感受痛苦，我也是不忍心的，他们也非常可怜，我们要对他们生起悲心，而且要生起一个很强烈的悲心。

一般的悲心可能很多人都可以生起来，但是强烈的悲心是很难的。有时候，当你真的看到一个特别可怜的众生，依靠一些因缘，你的心被触动，你可能会生起非常强烈的悲心，也有这种情况，除此之外是比较难的。

这种悲心也是非常有功德的。《月灯三昧经》当中也讲过："那由他亿刹，所有诸供具，悉供一切佛，不及慈一分。"以世间当中所有的供品供养无量无边的佛陀，不如在非常短暂的时间当中修慈悲心的功德大。所以，慈悲心也很重要。

我刚才讲了要重视慈心，因为慈心很重要，而悲心是更重要的，为什么呢？以前阿底峡尊者看到任何一个众生的时候，口里面都经常说："是我的母亲，我的母亲……"有一次，一匹马将脖子卡在了树中，他就要求眷属："我的母亲在那边受苦，

希望你们尽快去把它释放。”所以真正的大成就者，内心当中对众生的慈爱心是这样的。

可是我们身边的很多人，包括自认为是大乘佛教徒的人，也是比较可怜的吧，对众生根本没有任何感觉，甚至有些学佛多年的居士也经常杀生，就忍心杀生，看到蚊子、蟑螂、老鼠等全部都吃掉，还是很厉害的（众笑）。有没有吃老鼠的?

丙二、宣说悲无量心之修法：

我之大恩诸父母，为我而造诸罪业，

遭受寒热与饥渴，残害役使所逼迫，

溺于生老病死河，受多种苦真悲惨!

这里讲到，我的这些大恩父母，为我造了许许多多的恶业。今生当中，他们有些在地狱里面遭受寒热的痛苦，有些在饿鬼道里遭受饥渴的痛苦，有些在旁生道受到残害、役使或者互相吞食等痛苦的逼迫，有些在人间、天界感受生老死病的痛苦，他们都沉溺在轮回的河当中，总之，六道轮回里面所有的众生都在不断地感受痛苦。

我们人间还算是很好的，但是呢，的确看到，修行人也好、非修行人也好，有钱的人也好、没有钱的人也好，年轻人也好、老年人也好，很多人都经常说：“好痛苦啊，好忙啊，好累啊，好伤心啊，好不舒服啊！”这就是轮回的本性。

我不管到哪里去，看到很多人闷闷不乐的时候，就特别能感受到佛陀在两千五百多年前给我们

所宣讲的轮回痛苦。人间还算是善趣，应该是很好的，不像地狱；我们也不像监狱当中的众生，比较而言，大家都是自由的，饮食也好，生活也好，都可以自理。除了个别疾病缠身的可怜众生以外，大多数是可以的。

但是，即使你再健康，最后也没办法逃避生老病死，谁也没办法逃脱这些，这是非常现实的。有时候我们看到，五六年前、十几年前非常有威望、有眷属等的人，到最后，有些是没有自由了，有些是死了，有些是老了。看到轮回的这种景象真的特别特别有感受。

如果我们提前懂得了轮回本来是苦的、人生本来就没有什么安乐，那么当你真正遇到任何痛苦的时候，心里会早有准备："轮回本来就是痛苦的，我以前只是知道而已，现在真正感受到了。我们之前只是暂时享受快乐，它真正的本体并不是很快乐的东西。"这些大家都会感受得到。

所以，现在很多人最需要的是什么呢？就是佛教的这种道理。许多人经常想："为什么藏传佛教那么热，藏传佛教那么红，藏传佛教那么受欢迎？它有什么样的魅力，它有什么样的吸引力？它背后有什么看不见摸不着的阴影……"很多人有这种说法，但其实并不是这样的。

藏传佛教有比较系统的理论和修行次第，无误地解释了轮回的真相，因此，无论是知识分子还是非知识分子，无论东方人还是西方人，都很需要、很想知道这些道理。知道之后，不用说来世，仅仅

是在今世的生活当中，也对你面对人生各种各样的棘手问题、难以解决的问题非常有用。

轮回中的众生都当过我们的父母等，通过前世后世的因缘也可以讲得通，但前提是，一定要对佛教有一些信心、有一些概念，这样你才会明白。

其实这些道理都是真实的。以前上师如意宝在极乐法会的时候也说过：“希望你们不要杀害我们周围的众生，这些都当过我们的父母，我们不应该害它们。”后来我们的大放生也是以此而开始的。以后，我们每年可能从九月份开始放生，今年也有“百日放生”，劝大家以及各个地方的人也在百日当中尽量地参与，这个也是很重要的。

我以前看过汉地的《法苑珠林》，其中讲到，有一个官员去外面买肉，看到一头猪即将被杀，这个时候，以一种特殊的因缘，这头母猪说：“你不应该杀我，其实我对你是有恩德的，你应该救我。”它还说：“我是你的外婆。以前，你们家特别贫穷，为了让你们家有一些转变，我就偷我儿子的粮食供给你们，以此等因缘，我就堕入到旁生当中，希望你不要杀我。”这些话只有他听懂了，而周围其他的人都没有听懂。

后来，他就按照外婆的请求，花了六百钱把它买回来准备放生。当他将要把它带到家乡的时候，它说：“我现在长得这样丑陋，你最好不要把我带到家里去，不然他们都不会认可的，你就把我放在寺院里面吧。”后来，他就把它带到寺院里，刚开始寺院的人也不接受，后来通过谈话，寺院也接受

了。这是一个很真实的事，发生在唐朝。

所以，我们跟前世的亲人，有些是遇见了、不认识，有些是被一些因缘隔开了，没办法相遇。但是的确，人与旁生之间有无始以来当过父母子女的因缘，人与其他生命之间也有这样的，只不过我们自己太愚痴、太盲目，不知道而已。

萨迦班智达也讲过，学习佛法的话，要么是具有智慧的人，要么是愚者但具有信心，这两者很重要。其实萨迦班智达说的是对的，如果没有智慧，只是有些小聪明，那对佛教教义也经常有三心二意的怀疑，没办法解开；如果很愚笨又没有信心，又会经常处于邪见当中。所以，如果有真正的信心，无论你的智慧高不高，都会懂得一些佛教的意义。

总之，应该有一种大悲心，这个很重要。

丙三、真实宣说悲无量心：

无欲解脱寂灭心，无示正道善知识，

漂于轮回诚可悲，现见此等岂忍舍？

“无欲解脱寂灭心，”这些众生没有想解脱的寂灭的心。轮回当中的很多人都是只有赚钱的心、造业的心，而没有想解脱寂灭的心。

“无示正道善知识，”也没有开示正道的善知识。尤其是现在，真正有德相的大乘善知识很多人都遇不到。

“漂于轮回诚可悲，”正因为这样，无量无边的众生全都漂泊在轮回当中，非常惨、非常可悲。

“现见此等岂忍舍？”看到这些的时候，具有菩提心的人怎么愿意舍弃他们呢？怎么能舍弃他们呢？

其实，看到周围的这些众生，如果自相续当中稍微有一点大乘菩提心，你就会很努力地在有生之年去利益众生，而不会觉得自己很累，不会担心别人说自己，不会怕自己的名声不好……很多顾虑都不会有的。真正有一些大悲菩提心的人，只要是力量范围之内的事，一定会全力以赴地去做。

为什么呢？因为这些众生，一是很可怜、很愚痴，没有解脱的心；二是不具足各方面的因缘，没有遇到大乘善知识。如果没有这两个条件，那永远都会沉溺在轮回当中，没有办法解脱。所以大悲心很重要的，如果有大悲心的话，就不会舍弃这些众生。

- **大悲心为佛道之根本**

《十住毗婆沙论》里面也这样讲过：“若人于无量，阿僧祇劫中，所修集佛道，大悲为根本。”如果有人在无量阿僧祇劫中修行，将所修行的佛道集中起来的话，其实根本都是大悲心。

“悲性于佛广大果，初犹种子长如水，常时受用若成熟，故我先赞大悲心。”《入中论》的开始也是这么讲的：大悲心最初像种子一样，中间像水灌溉种子使它成长，到了最后，能让众生真正得到受用，所以佛陀先赞叹大悲心。没有大悲心的话，我们的修行是没有办法增上的。

佛陀在《文殊师利菩萨佛刹功德庄严经》当中

也讲了，在菩提妙道当中，有一个法是最殊胜的，如果有这个法，就会速得圆满菩提。何为一法呢？就是对众生生起大悲心，最后能真正生起慈悲菩提心——先起大悲心，然后生菩提心，因此大悲心是很快获得解脱、迅速成佛的唯一妙法[144]。

在修行过程当中，慈心和悲心分开修也可以，一起修也可以——愿众生都离开所有的痛苦并获得快乐，在这样的一个心态当中，这两者都已经具足。而且这种心态要经常在生活当中修持。

在《大圆满前行》《前行备忘录》《心性休息》当中，传承祖师都是修这颗心，这没有什么危害性和危险性。如果修一些风脉明点、绝地火，这个“火焰”弄不好的话，也可能焚烧你家里所有的东西，这个时候你的心可能也比较乱了。所以，修持没有任何危害性、没有任何危险性的慈悲菩提心很重要。

所以有人闭关的时候，我们都希望他们多修一些慈悲心。你闭关一百天或一个月，每天都修四座的话，这个功德是非常大的。我刚才也引用了几个教证吧，修慈心也好、修悲心也好，它的功德是那么大！

可能有些人想：“我要出去化缘！”就到处都去，去五六个城市，人民币一百万全都捆着，装在一个大麻袋里面背着。还有些人去供养僧众，天天

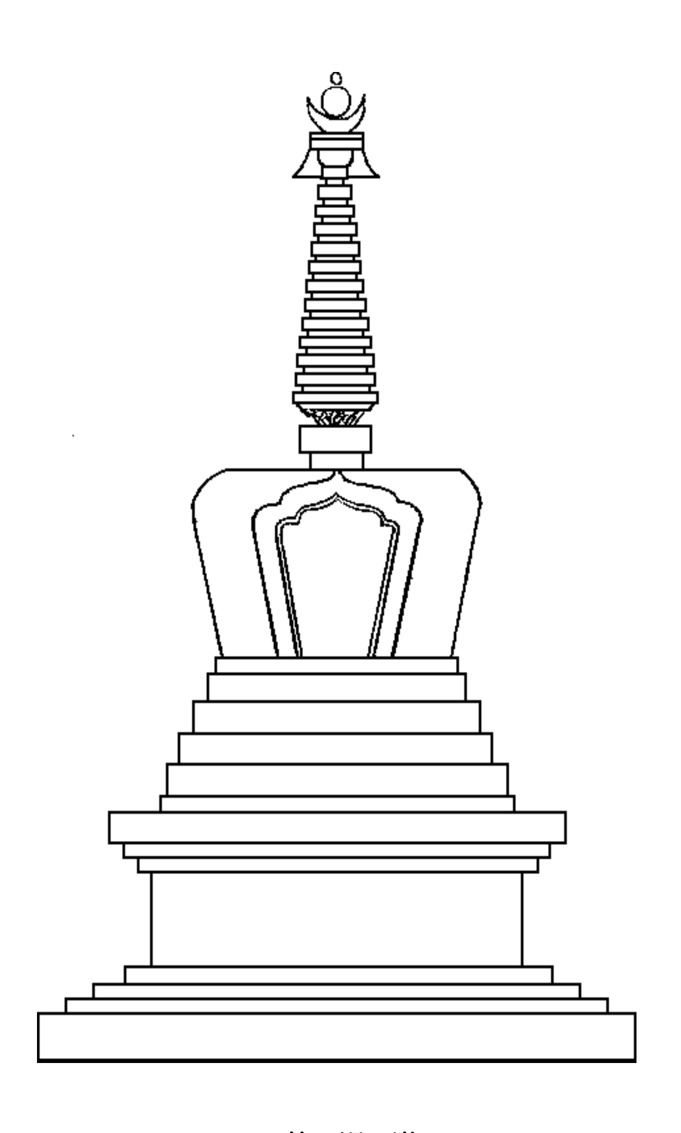
---

[144] 《文殊师利菩萨佛刹功德庄严经》：“菩萨成就一法，速疾证得无上菩提，随其意乐获净佛刹。云何一法？善男子菩萨摩诃萨，于一切有情起大悲愍。”

揉糌粑、擀面条，并在微博等上面宣扬：“我现在在供僧！我现在在供养！”这个虽然也有一种功德，但是，有些人就默默地在自己的闭关房里面，早上起来、晚上睡觉，安住、观众生的痛苦、修悲心，这个功德远远超过前者！这个功德不是我说的，而是佛陀说的，马鸣菩萨说的，还有很多前辈大德说的。

所以，我希望大家懂得取舍。有些人可能宣传得比较不错，但实际上，其功德是很微小的，甚至没有功德反而有罪过，也有这个可能。有些人的功德表面上根本看不出来，没有任何宣传和打广告，但他们真正具有内心的调柔和慈悲，功德是非常大的。

在这方面，希望很多人通过闻法让修行有所改变，自己的内心也要明白很多道理。



菩 提 塔